



Ensalada Tropical

Description

This a great salad for a starter or light lunch, just mixing sweet and sour flavours with a delicate dressing sauce. Simple but very tasty.

Ensalada Tropical or Tropical Salad (English version below)

Ingredientes para 4 porciones

- 200 gramos pollo cocinado, jamon o carne de cerdo cocinada.
- 1 tarro de Piña en trozos
- 2 tallos de Apio cortado un trozos pequeños.
- 2 Aguacates
- 4 Tomates cortados en 4
- 1 Lechuga
- 1/2 taza de Creme Fraiche o crema de leche.
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- sal y pimienta al gusto

Preparation

1. Cortar en cuadros grandes el pollo, jamon o carne de cerdo cocinada.
2. Pelar los aguacates y cortarlos en cuadros y ponerlos en una taza con 1/4 de jugo de limon, aceite de oliva, sal y pimienta.
3. En una taza mezcle los aguacates el jamon los trozos de piña y el apio y 1/4 de la crema y mezcle cuidadosamente.
4. Haga una cama con las lechugas, agregue la mezcla anterior y coloque las tajadas tomates para decorar.
5. Sirva el resto de la crema por encima.

Ensalada Tropical or Tropical Salad (English version)

Ingredients for 4 portions

- 200 g cooked chicken, ham or cooked pork meat
- 1 can of pineapple chunks
- 2 celery stalks, cut a small pieces.
- 2 Avocados
- 4 tomatoes cut into 4
- 1 Lettuce
- 1/2 cup creme fraiche or double cream.
- 2 tablespoons olive oil
- salt and pepper to taste

Preparation

1. Cut the cooked chicken, ham or pork into large squares
2. Peel avocados and cut into squares and place in bowl with 1/4 lemon juice, olive oil, salt and pepper.
3. In a bowl mix the meat, the avocado, pineapple chunks,celery and 1/4 cup of creme fraiche or double cream and mix gently.
4. Make a bed of lettuce, add the mixture and place the sliced ??tomatoes for garnish.
5. Serve the rest of the cream on top.