



Ensalada de col con cilantro y limón

Preparación: 25 min
Rinde hasta 8 tazas

Ingredientes

Ingredientes para la ensalada

- 1 cabeza de col/repollo
- 1 manojo de rábanos
- 1 manojo de berza o col rizada
- 2 chiles poblanos (opcional)
- 1 manojo de cebollín verde (opcional)

Ingredientes del aderezo

- 1 manojo de cilantro
- Jugo de tres limones o 6 cucharadas de jugo de limón
- ½ cucharadita de azúcar
- ½ cucharadita de sal
- 5 cucharadas de aceite vegetal
- Una pizca de pimienta de cayena, opcional

Instrucciones



¡Comienza con las manos limpias!
Lávate las manos con jabón y agua

1. Elimine las hojas exteriores de la col y rállela en trocitos delgados. Elimine los tallos de la berza y córtela en tiras delgadas.
2. Rebane los rábanos en rebanadas delgadas. Rebane los chiles poblanos en tiras delgadas si los usa. Rebanar los cebollines verdes si los usa. Ponga todos los ingredientes de la ensalada de col en un tazón.
3. Pique las hojas del cilantro y ponga aparte.
4. En un tazón pequeño, mezcle los ingredientes para el aderezo. Añada el cilantro. Mezcle todo bien y vierta sobre los ingredientes en el tazón grande. Revuelva bien para mezclar y ¡Buen Provecho!. Esta ensalada sabe muy bien encima de los tacos.