

Ensaladas

- Ensalada de Arroz
- Ensalada de Arroz con Gambas
- Ensalada de Guisantes
- Ensalada de Patatas con Ali-olí
- Ensalada de Pollo con Jamón



5 MINUTOS

ENSALADA DE ARROZ

INGREDIENTES

- 300 grs. de arroz
- 1 pimiento verde
- 1 cebolla
- 2 huevos cocidos
- 2 tomates
- Aceitunas
- Aceite
- Vinagre
- Sal

Ponemos en la Olla, el aceite, y el arroz, rehogamos un poco, añadimos el agua hirviendo y la sal.

Cerramos la Olla, dejamos cocer el tiempo indicado, pasado esté, dejamos descomprimir y abrimos.

Pasamos en arroz por agua fría, para que se suelte y dejamos escurrir.

En una fuente aparte colocamos el tomate cortado en rodajas, incorporamos encima el arroz ya frío.

A continuación, ponemos el resto del producto, la cebolla cortada en juliana, el pimiento picadito, las aceitunas al gusto y los huevos cocidos cortados en trozos.

Por ultimo incorporamos sal, vinagre y aceite de oliva.

4 MINUTOS

ENSALADA DE ARROZ Y GAMBAS

INGREDIENTES

- 350 grs.de arroz
- 250 grs. de gambas
- 400 c.c. de agua
- 1 lata de puntas espárragos
- 2 huevos cedidos
- Salsa vinagreta
- 1 lata de bonito

Ponemos en la Olla, el aceite, y el arroz, rehogamos un poco, añadimos el agua hirviendo y la sal.

Cerramos la Olla, dejamos cocer el tiempo indicado, pasado esté, dejamos descomprimir y abrimos.

Pasamos en arroz por agua fría, para que se suelte y dejamos escurrir.

A parte cocemos las gambas y las pelamos

En una fuente, ponemos el arroz, las gambas peladas y troceadas, la lata de bonito bien escurrida y sin aceite, las puntas de espárragos, los huevos cocidos troceados y mezclamos todo.

Preparamos una salsa vinagreta (ver salsas) y rociamos por encima de la ensalada.

Se sirve fría.

5 MINUTOS

INGREDIENTES

- 500 grs. de guisantes frescos
- 250 grs. de champiñón fresco
- 2 tomates
- 1 diente de ajo
- 1 lata de anchoas en aceite
- 100 grs. de jamón
- Aceite
- Sal
- Vinagre
- Agua

ENSALADA DE GUI SANTES

Ponemos en la Olla, el aceite, el ajo picadito, los champiñones cortados en laminas y el jamón en ticos pequeños.

Rehogamos un poco, añadimos los guisantes y un poco de agua.

Cerramos la Olla, dejamos cocer el tiempo indicado, pasado esté, dejamos descomprimir y abrimos.

Ecurrimos bien todo y dejamos enfriar.

En una fuente aparte colocamos el tomate cortado en rodajas, encima incorporamos los guisantes, el champiñón y las anchoas cortadas en trozos.

Aliñamos con sal, vinagre y aceite de oliva.

7 MINUTOS

INGREDIENTES

- 1 kg. de patatas
- Agua
- Sal
- Salsa Ali-olí

ENSALADA DE PATATAS CON ALI-OLI

Ponemos en la Olla, un poco de agua y sal, dejamos que empiece a hervir, añadimos las patatas enteras y sin pelar.

Cerramos la Olla, dejamos cocer el tiempo indicado, pasado esté, dejamos descomprimir y abrimos.

Pelamos las patatas las cortamos en trozos, las ponemos en una fuente.

Preparamos una salsa Ali-olí (ver salsas), y lo incorporamos por encima de las patatas.

Se pueden servir frías o a temperatura ambiente, al gusto de cada persona.

8 MINUTOS

INGREDIENTES

- 6 muslos de pollo
- 150 grs. de jamón cocido
- 150 grs. de queso al gusto
- 100 grs. de piñones
- Lechuga
- Aceite
- Sal
- Vinagre

ENSALADA DE POLLO CON JAMON

Ponemos en la Olla, el aceite y los muslos de pollo, rehogamos un poco, añadimos un poco de agua.

Cerramos la Olla, dejamos cocer el tiempo indicado, pasado esté, dejamos descomprimir y abrimos.

Desmigamos en tiras los muslos y los reservamos.

En una fuente, ponemos la lechuga picadita y limpia, las tiras de los muslos de pollo, el jamón cocido cortado en trozos y el queso en cuadraditos.

Freímos los piñones un poco y los incorporamos por encima de la ensalada.

Se puede servir con un aliño de aceite, Vinagre y sal o preparando una salsa vinagreta (ver salsas).

