

RECETAS ASEMIEL

Ensalada de hojas a la miel de romero

Ingredientes

- Diferentes hojas de ensaladas, al gusto: achicoria, canónigos, col, escarola, espinacas tiernas, • lechugas “hoja de roble”, “oreja de mulo” (la “icebeg” no, no tiene gusto), lombarda, rúcula...
- Aceite virgen extra de oliva
- Vinagre de vino
- Sal
- Miel de romero

Tiempo de elaboración: **5 minutos**

Elaboración

Se mezclan las hojas, cortadas si es preciso, mejor a mano.

Se diluye la miel (una cucharada sopera por cada 2-3 raciones, 200gr.) en un poco de agua y se aliña la ensalada con la sal, el agua-miel, y el vinagre, al gusto, por ese orden, procurando no excederse en ninguno de los componentes (mejor corregir después).

Se añade un buen chorro del aceite virgen extra de oliva.

Se mezcla todo bien justo antes de servirlo para que se tome del aliño y no se manchen las hojas.

