

Ensalada de Tomate y Pepino Mexicano

Esta ensalada de tomate y pepino es estilo mexicano. Tanto por el aliño de lima y cilantro como por la forma de cortarlo que recuerda a la ensalada "pico de gallo". Sino tienes o no te gusta lima y/o cilantro, puedes sustituir por limón y perejil. Esta ensalada no lleva aceite ni ningún elemento graso.

INGREDIENTES:

- 3 Tomates tipo "pera"
- ½ Pepino tipo "holandés"
- ¼ Cebolla morada
- 1 Lima (zumo) o ½ limón
- 2 Cucharadas cilantro fresco picado
- Una pizca de sal (opcional)

1

Ración



ELABORACIÓN:

1. Lavar las hortalizas (tomate, pepino y cebolla) y cortar en trocitos pequeños
2. Preparar el aliño con el zumo de lima, cilantro picado y un poco de sal.
3. Verter el aliño sobre las hortalizas, remover y si puedes, dejarlo macerar 10 minutos.