



Receta de Ensalada de frijol negro, elotes y

Tiempo de
preparación: 40 minutos
Rinde: 4 porciones

Ingredientes:

- 1 1/2 tazas de frijol negro Verde Valle®, entero y escurrido
- 1 taza de granos de elote congelados
- 1/4 de taza de salsa roja
- 2 cebollitas cambray, rebanadas
- 4 jitomatitos cherry, cortados a la mitad
- Sal y pimienta
- 2 cabezas de lechuga romana, rebanadas
- 3 tazas de tostitos
- 1 aguacate, cortado en cubitos
- 3/4 de taza de queso manchego, rallado

Preparación:

Calienta en una sartén el frijol, los granos de elote y la salsa a fuego medio hasta que se calienten. Retira del fuego. Agrega la cebollitas y los jitomates. Sazona con sal y pimienta. Coloca en un tazón la lechuga con los tostitos. Divide en cuatro la mezcla de frijol, aguacate y queso. Sirve de inmediato..