

# Ensalada de garbanzos y arroz



**Recetízate**  
Las recetas que hablan de ti  
[www.recetizate.com](http://www.recetizate.com)

**Creador:** Lokillafeliz **Recetizador:** Carlos Santana



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Normal

**Otros:** Cocina Saludable

**Coste:** Económico

**El truco de esta receta:**

Si es para una persona sola, y se guarda en el frigorífico, echar un poco más de aceite/vinagre para que el arroz no se quede seco.

## Descripción:

Rica ensalada de garbanzos y arroz para todas las épocas del año.

## Ingredientes para 3 personas :

- 1 bote de garbanzos
- Arroz
- 1/2 pimiento rojo
- 1/2 pimiento verde
- 1/4 de cebolla cortada en cuadraditos.
- Aceite
- 1 chorrito de vinagre
- Sal
- Oregano
- Perejil

## Preparación:

### Paso 1

Primero se cuece el arroz, unos 20 minutos.

### Paso 2

Se corta en cuadraditos los pimientos y la cebolla, se echa en la fuente para juntarlos con el aceite, el vinagre, el perejil, el oregano y la sal.

### Paso 3

Una vez realizado el anterior paso, se echan los garbanzos en la fuente y se remueve todo.

#### **Paso 4**

**Por último se junta el arroz, cuando este frío y se vuelve a remover todo. Y..LISTO PARA COMER! Por cierto, mejor probarlo antes, para añadir sal, aceite o vinagre, y que quede a vuestro gusto. ;-)**