

Ensalada de garbanzos y arroz



Recetízate
Las recetas que hablan de ti
www.recetizate.com

Creador: Lokillafeliz **Recetizador:** tania Segura



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. ;-)