

# Ensalada de Mango y Aguacate



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

**Creador:** hoycocinoyo.net **Recetizador:** Isa Bel



**Tiempo:** 15 minutos

**Dificultad:** Fácil

**Tipo de plato:** Primer plato

**Tipo de cocina:** Vegetariana

**Otros:** Cocina Creativa

**Coste:** Económico

## Descripción:

Ensalada fresca y original

## Ingredientes para 4 personas :

- 1 mango
- 2 aguacate
- 300 gr de canónigos
- 1 cebolla roja
- hojas de albahaca
- 1 cucharada de aceite oliva virgen
- Orégano

## Preparación:

### Paso 1

1.- Pelar y cortar el mango y el aguacate en lascas o en rodajas. 2.- Cortar la cebolla roja en rodajas finas. 3.- Disponer la rúcula sobre la base del plato y poner encima el aguacate y el mango alternativamente en linea. Disponemos la cebolla encima y añadimos sal. 4.- Añadimos el aceite y por último la albahaca picada y el orégano.