

ENSALADA DE PIMIENTOS AL MICROONDAS



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

Creador: Noelia Montoya **Recetizador:** Dolors García



Tiempo: 15 minutos

Dificultad: Fácil

Tipo de plato: Primer plato

Tipo de cocina: Normal

Otros: Cocina Saludable

Coste: Muy económico

Descripción:

SOLUCIÓN RÁPIDA Y SENCILLA, SIN OLVIDARNOS DEL SABOR, CLARO

Ingredientes para 6 personas :

- 2 CEBOLLAS
- 4 PIMIENTOS VERDES
- 5 DIENTES DE AJO
- 1 BOTE de PIMIENTOS DEL PIQUILLO
- ACEITE DE OLIVA
- VINAGRE
- SAL

Preparación:

Paso 1

PELAMOS LOS AJOS Y LOS CORTAMOS EN LÁMINAS FINAS. LAVAMOS LAS CEBOLLAS Y LOS PIMIENTOS Y LOS CORTAMOS EN JULIANA MUY FINA. METEMOS EN UN RECIPIENTE APTO PARA EL MICROONDAS LOS AJOS Y LOS PIMIENTOS Y CEBOLLAS, SAZONAMOS Y UNTAMOS CON UN POCO DE ACEITE, MEZCLAMOS BIEN Y TAPAMOS CON PAPEL FILM. LO METEMOS EN EL MICROONDAS Y COCINAMOS UNOS 8 MINUTOS. SACAMOS, MOVEMOS Y COMPROBAMOS SI LA CEBOLLA ESTÁ YA TRANSPARENTE, SI NO..., LE VAMOS DANTO UN MINUTO MÁS HASTA QUE QUEDE EN SU PUNTO. (EL TIEMPO DEPENDERÁ DEL GROSOR DE LA JULIANA). MIENTRAS ESCURRIMOS LOS PIMIENTOS DEL PIQUILLO SIN DESHACERNOS DEL ACEITE Y LOS CORTAMOS EN JULIANA FINA TAMBIÉN. QUITAMOS EL PAPEL FILM, AÑADIMOS UN CHORRETE DE VINAGRE AL GUSTO Y AÑADIMOS EL PIQUILLO Y EL ACEITE Y DEJAMOS ENFRIAR.