ENSALADA GRIEGA DE GARBANZOS

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

Creador: Juan Neira Dura **Recetizador:** Wandalisa

Tiempo: 15 minutos
Dificultad: Fácil
Tipo de plato: Primer plato
Tipo de cocina: Vegetariana
Otros: Cocina Tradicional
Coste: Económico

Descripción:

Ingredientes para 4 personas :

- 1 BOTE de GARBANZOS COCIDOS
- 1 PIMIENTO VERDE
- 1 CEBOLLETA
- 1 PEPINO
- 1 DIENTE de AJO
- 200 QUESO FETA
- 3 CUCHARADAS de ZUMO DE LIMON
- 150 ML de ACEITE DE OLIVA
- 2 YOGUR GRIEGO
- 1 SAL

Preparación:

Paso 1

ESCURRIR LOS GARBANZOS PASARLOS POR EL CHORRO DE AGUA FRIA Y VOLVER A ESCURRILOS, PONERLOS EN UNA ENSALADERA Y MEZCLALOS CON LA CEBOLLETA Y EL DIENTE DE AJO PELADOS Y PIVADOS FINOS,

Paso 2

LAVAR EL PIMIENTO SECARLO Y RETIRALE LAS SEMILLAS , PICARLO MENUDO Y MEZCLARLO CON LOS GARBANZOS PREPARADOS LAVAR BIEN EL PEPINO PELARLO A MEDIAS CORTALOS EN LAMINAS MUY FINAS PONERLAS EN UN COLADOR , ROCIARLAS CON SAL Y DEJAR REPOSAR MEDIA HORA , CORTAR EL QUESO EN DADITOS,

Paso 3

MEZCLAR EL ZUMO DE LIMON CON EL ACEITE Y LA SAL INCORPORAR A LA ENSALADERA JUNTO CON EL QUESO MEZCLAR BIEN Y RESERVAR EN LA NEVERA, PASAR EL YOGUR A UN BOL Y MEZCLAR CON LAS LAMINAS DE PEPINO , VERTER SOBRE LOS GARBANZOS , ACOMPAÑAR DE PAN DE PITA TOSTADO.