

Ensalada de verano con garbanzos

Tiempo de preparación: 30 min. · Nivel de dificultad: fácil ·

Cantidad

Ingredientes para 4 personas.

Ingredientes

400 g Garbanzos
3 Guindillas
1 Pimiento verde
1 Diente de ajo
1 Cebolleta
3 cda Salsa Sol limón
Perejil
4 cda BalsamOrange
4 Tomates de ramallet
20 Olivas negras
Sal y pimienta
1/2 Mango

Preparación

Remojar los garbanzos en agua durante toda la noche. Escurrirlos al día siguiente y hervirlos durante unos 50 minutos hasta que estén blandos.

Pelar y picar el ajo y la cebolla y ponerlos en un bol.

Picar el perejil, trocear los tomates, las guindillas y el pimiento verde y añadir al bol.

Pelar y cortar el mango en dados y añadirlo.

Escurrir los garbanzos y mezclarlos con el resto de ingredientes en el bol. Añadir una pizca de sal y pimienta.

Añadir el Salsa Sol limón y el BalsamOrange y remover bien.

Disponer las aceitunas negras de forma decorativa sobre la ensalada, y ¡a disfrutar!