Ensalada de fresas espinacas y salsa de yogur

Ingredientes:

- Brotes de espinacas
- 200 Gramos de fresas
- 100 Gramos de nueces
- 1 Yogur natural
- Ralladura de limón
- 1 Cucharada de aceite
- Sal
- Pimienta
- 2 Hojas de menta fresca

Preparación:

En primer lugar, preparamos la salsa de yogur, añadiendo el aceite, la sal y la pimienta (al gusto), una cucharadita de ralladura de limón y las hojas de menta picadas muy finas. Mezclamos bién hasta conseguir una mezcla homogénea.

Por otro lado, en cada plato individual, montamos una base con los brotes de espinacas, situando encima las fresas cortadas en láminas a modo de tartar y los rematamos con las nueces picadas.

Para que la presentación quede más firme podemos utilizar un molde. Finalmente aderezamos con la salsa de yogur.

Desde marzo hasta mayo es el periodo en el que la fresa alcanza un sabor supremo, más dulce y delicioso. En plena época primaveral, por eso, desde Fresas de Europa

Ensalada de fresas espinacas y salsa de yogur

hemos querido dejaros esta receta de ensalada fresca con fresas, espinacas y salsa de yogur.