

Ceviche de Remolacha

Ingredientes

- 1 Remolacha
- 1 Cebolla
- Maíz cocido
- 1 diente de Ajo
- Cilantro
- Limón
- Salsa de soja
- Aceite de oliva

Recetas Ricas, Saludables con bajo consumo de agua virtual



1. Cuece la remolacha o compra remolacha cocida. Córtala en cuadraditos o en rectángulos.
2. Corta la cebolla en cuadraditos y añádela a la remolacha.
3. Añade los granos de maíz cocidos.
4. Pica el diente y añádelo a la vinagreta de limón salsa de soja y aceite de oliva.
5. Aliña el ceviche con la vinagreta y ya estará listo para disfrutar. Fácil, rápido, colorido y sano.



¡BUEN PROVECHO!

Ceviche de Remolacha

Ingredientes

- 1 Remolacha
- 1 Cebolla
- Maíz cocido
- 1 diente de Ajo
- Cilantro
- Limón
- Salsa de soja
- Aceite de oliva

¿ A la hora de comprar sueles fijarte en que los productos sean locales y de temporada (PLT)?

Un PLT siempre consumirá menos Agua Virtual

Comprueba de los productos de la receta cuales son de temporada y cuales no y compara su agua virtual. Si no encuentras el de algún producto escoge al otro similar.

