



BABARRUN TXURI ENTSALADA SALPIKOI ERARA

OSAGAIK

(4 pertsonarentzat)
400 gr babarrun txuri egosi
½ piper berde
½ piper gorri
1 tomate
8 otarrainxka egosi eta zuritu
24 muskuilu egosi
1 garro, olagarro egosiarena
Zilantro xehatua
Oliba-olioa, ozpin-olioa egiteko
1 limoi

ELABORAZIOA

Piperrak laukitxoetan xehatuko ditugu. Tomatea zuritu, eta haziak kenduko dizkiogu. Gero, laukitxoetan moztuko dugu tomatea ere bai. Barazki xehatuak nahastu, eta olio eta limoi-zukua erantsiko diegu.

Olagarroaren garro egosia moztuko dugu, baita otarrainxkak ere, eta guztia babarrunekin eta muskuiluekin nahastuko dugu.

Ozpin-olioa ondu, eta gaineratik zilantroa hautseztatuko diogu.



PREZIOA
ERTAINA



DENBORA
50'



ZAILTASUNA
3/10



OSASUNGARRIA
10/10