

Aliño con aceitunas

INGREDIENTES

- 1 taza de cebolla morada picada en cuadros pequeños
- ½ taza de aceitunas verdes rebanadas
- ⅓ taza de caldo de aceitunas (sin conservadores) si es el caso mejor usar agua
- 2 dientes de ajo machacados
- ⅓ taza de jugo de limón
- 3 cucharadas de aceite de oliva extra virgen
- ¼ de cucharadita de sal de mar con ajo y perejil en polvo
- 1 cucharadita de albahaca seca
- 1 cucharadita de orégano seco

PROCEDIMIENTO

En un tazón colocar la cebolla, las aceitunas, el caldo de aceituna o agua, el ajo, el jugo de limón, el aceite de oliva, la sal con ajo y perejil, la albahaca y el orégano, integrar todos los ingredientes, dejar reposar al menos 30 minutos antes de servirlo, guardar cerrado en el refrigerador.

ENLACE AL VIDEO

<https://player.vimeo.com/video/282925806>

AUTORA

Lic. en Nutrición Liz Juárez de Puesan