

---

Jan 14, 2020 | Escrito por Daniel Escobar | 0

Foto: Referencial

La **ensalada de remolacha y zanahoria** es un acompañante común en la comida casera. Nada recuerda más a una comida familiar que un plato con alguna carne, arroz blanco y esta colorida ensalada. Es muy fácil y rápida de preparar, además de ser muy alimenticia y con un alto rendimiento. A esta receta se pueden sumar otros ingredientes, pero la remolacha y la zanahoria deben ser las protagonistas de la elaboración.

### **Ingredientes:**

1 remolacha

1 zanahoria

½ cebolla

1 huevo

Sal

Pimienta

### **Para la mayonesa:**

2 yemas de huevo

1 taza de aceite de girasol

zumo de limón

1 cucharadita de mostaza

Una ramita de perejil

Sal

Pimienta

### **Cómo preparar ensalada de remolacha y zanahoria:**

Prepara esta clásica ensalada para acompañar carnes rojas y blancas. Puedes añadir más verduras para aprovechar lo que tengas en la despensa de la casa, aunque con los ingredientes básicos ya queda muy bien. Si estás a dieta, puedes aderezar con una vinagreta de aceite de oliva. Siempre con tu toque personal.

Poner a calentar una cacerola con agua. Introducir la zanahoria y la remolacha. Cocinar hasta que estén hechas. Para saberlo, pinchar la remolacha con un palito de metal o un cuchillo. Cuando entre con facilidad, estarán listas.

Poner a cocer un huevo durante 10 minutos desde el hervor. Cuando esté listo, quitar la cáscara y reservar.

Mientras las verduras están listas, preparar la mayonesa. Separar las yemas de las claras. Poner las yemas en la licuadora, agregar la mostaza y una cucharadita de zumo de limón. Encender la licuadora y comenzar a verter el aceite en forma de hilo. Batir un poco más luego de terminar con el aceite. Agregar sal, pimienta y perejil finamente picado. Reservar.

Retirar del fuego, colar y dejar enfriar un poco. Pelar ambas verduras y cortarlas en dados. Luego, poner estos trozos en un bol o ensaladera.

Rallar la media cebolla y agregar a la ensaladera. Sazonar con sal y pimienta. Agregar mayonesa al gusto. Cortar en rodajas el huevo cocido y añadirlo a la ensalada. Remover cuidadosamente y servir.

**Contenido Relacionado:** [Aprende a preparar una rica ensalada con toques dulces](#) [1]

## **Categoría:**

- [Recetas](#) [2]

## **Addthis:**

**Antetitulo:** Receta

**Del día:** No

**Créditos:** Receta

**Titulares:** Si

**Destacada:** No

**Source URL:** <http://www.radiomundial.com.ve/article/rica-ensalada-de-remolacha-y-zanahoria>

## **Links:**

[1] <http://www.radiomundial.com.ve/article/aprende-preparar-una-rica-ensalada-con-toques-dulces>

[2] <http://www.radiomundial.com.ve/categoria/recetas>