

Ensalada de aguacate y papaya

Escanea para una receta interactiva



**GREATER
CHICAGO**
-FOOD-
DEPOSITORY.

Sirve: 4

Prep: 20 minutos

INGREDIENTES

Ensalada

- 2 aguacates, cortados en cubos
- 1 papaya grande o 2 pequeñas, cortadas en cubos
- 1 mango maduro, cortado en cubos (opcional)

Aderezo

- Jugo y peladura de un limón
- 1/2 cucharadita sal
- 1/4 cucharadita azúcar
- 1/8 cucharadita pimienta
- 1/8 cucharadita cayena
- 1/4 taza aceite de oliva

PREPERACIÓN

1. Corta en cubos los aguacates, las papayas y el mango si lo vas a usar. Agrégalos en un bol pequeño.
2. En un bol aparte, combina los ingredientes del aliño y revuelve para combinar. Vierte el aliño encima de los aguacates, papayas y mango. Mezcla con cuidado para combinar y sirve.



Información Nutricional

Porción: 1/4 de receta

Calorías	309
Grasa total	25g
Grasa saturada	3.5g
Sodio	309 mg
Carbohidratos	24g
Fibra	7g
Azúcares	13g
Proteína	2g

Receta adaptado de:
foodnetwork.com