

Amanida de ruca, pera i mongetes blanques

INGREDIENTS (1 pax.)

- 200 g de ruca
- 100 g de mongetes blanques
- 1 pera
- 20 g de parmesà
- Oli d'oliva verge extra
- Pebre

ELABORACIÓ

- Poseu la ruca en un bol i barregeu-hi les mongetes blanques
- Talleu la pera a daus o a trossets petits i afegiu-la al bol
- Lamineu 20 g de parmesà per sobre
- Amaniu amb oli d'oliva i pebre

