



## ENSALADA POMODORO

### Ingredientes

- ½ Paquete de tomates deshidratados (50 g)
- 1 Paquete de corbatitas (400 g)
- 1 Paquete de tomates cherry
- 3 Yoghurt Natural
- 2 Cucharadas de aceite de oliva
- Sal y pimienta
- 1 Cucharada de orégano fresco

### Preparación

1.- Comienza con la hidratación de los tomates, para esto sumérgelos en un bowl con abundante agua tibia casi caliente, repósalos durante 30 minutos hasta que estén completamente blandos.

2.- Mientras, cocina las corbatitas en una olla con abundante agua caliente con un toque de sal según las indicaciones del envase. Una vez listas, escúrrelas y pásalas por agua fría. Déjalas en un bowl y reserva.

3.- Aparte, toma los tomates ya hidratados y córtalos en pequeños trozos, añade el yoghurt natural y condimenta con sal, pimienta y orégano fresco, revuelve para integrar bien los ingredientes. Baña con esta salsa las corbatitas ya frías y esparce los tomates cherry partidos en mitades. Sirve en platos y disfruta de inmediato.



Dificultad:  
Baja



Porciones:  
5



Tiempo:  
40 minutos

### Información Nutricional

|                  |          |
|------------------|----------|
| Energía:         | 415 Kcal |
| Proteínas:       | 13.4 g   |
| Grasa Total:     | 9.6 g    |
| Colesterol:      | 6,4 mg   |
| H. de Carbono:   | 68.8 g   |
| Fibra Dietética: | 6,6 g    |
| Sodio:           | 83 mg    |