



## ENSALADA DE TRIGO CON QUESO

 Porciones: 6  Tiempo de preparación 20 minutos

### INGREDIENTES

#### Para la ensalada

- 4 tazas de agua
- 1 taza de granos de trigo
- 1 cucharadita de aceite de oliva
- 1 taza de champiñones
- 1 betabel pequeño, cortado en luna
- 2 tazas de queso panela cremoso La Villita

- 1/2 taza de cilantro, finamente cortado

#### Para el aderezo

- 1/2 taza de aceite de oliva
- 4 cucharadas de jugo limón verde
- Sal y pimienta al gusto

## MODO DE PREPARACIÓN

Amiga, complementa la comida de este día con una rica guarnición de ensalada de trigo.

En una olla mediana a fuego medio coloca el agua, los granos de trigo y el aceite de oliva. Al primer hervor reduce el fuego a medio bajo y cocina por 1 hora aproximadamente, o hasta que los granos estén suaves. Retira del fuego, cuela y reserva.

En un tazón grande mezcla el queso panela cremoso, el betabel, los champiñones, el cilantro y los granos de trigo ya cocidos. Agrega la vinagreta de limón y mezcla bien. Mantén en el refrigerador hasta el momento de servir.

Para hacer la vinagreta mezcla en un envase pequeño el aceite, jugo de limón, sal y pimenta y añade a toda la ensalada. ¡Deliciosa!

---

 LaVillitaMX  @LaVillita