

Ensalada de repollo (col) y ramen

Esta es una de mis 5 comidas favoritas. La he estado haciendo desde que tenía unos 12 años y me la comía por lo menos 3 veces a la semana cuando estaba en la universidad. Me encantan los fideos ramen secos y me fascina el repollo. Esta receta barata, fácil y saludable cae muy bien en un caluroso día de verano, o cualquier día que necesite tener la cena en 10 minutos.

Porciones: Suficiente ensalada para 2 adultos y 3 niños pequeños

Tiempo: Toma unos 10 minutos de principio a fin

Ingredientes

Ensalada:

1 bolsa de mezcla de ensalada de repollo (bolsa con mezcla de ensalada de repollo y zanahorias ralladas)

O si no tiene la bolsa con la mezcla, puede usar 4 tazas de repollo rallado y una zanahoria rallada

1 paquete de fideos ramen con sabor a pollo

1 manojo de cebollas verdes, finamente picadas

Opcional: 1 pechuga de pollo, cocida y desmenuzada y/o ½ taza de almendras fileteadas

Aderezo:

¼ taza de aceite de canola o de oliva

¼ taza de vinagre de arroz (sin sazonar)

2 cucharadas de azúcar blanca

1 paquete de condimento del paquete de fideos ramen

Instrucciones:

En un tazón grande, mezcle el repollo y las cebollas verdes.

En un tazón pequeño, mezcle el aceite, el vinagre, el azúcar blanca y el paquete de condimentos hasta que el azúcar se disuelva.

Vierta el aderezo sobre el repollo y mezcle todo bien.

Parta los fideos ramen por encima del repollo y ponga el pollo encima, si lo desea.

Sirvala fría.