

Ensalada de melón con tiras de tortilla crujiente

Tiempo total **20 Mins.** 15 Mins. Tiempo de preparación **5 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
3500 kJ / 825 Kcal

Grasas: **62,4 g** Proteínas: **17,2 g**
Carbohidratos: **50,1 g**

INGREDIENTES

2 porciones

2 tortillas grandes (de
harina o de maíz)
2 aceite
cucharadas
400 g melón
200 g pepino
1 aguacate
1 cebolla roja pequeña (50
g)
15 g cilantro fresco
15 g perejil fresco
2 Kikkoman Ponzu -
cucharadas Aderezo con Salsa de
Soja y Vinagre, con Sabor
a Limón
4 aceite de oliva
cucharadas
1 cucharada vinagre de vino blanco
1 chile fresco finamente
cucharadita picado
1 miel
cucharadita
Pimienta recién molida

Para servir
75 g queso blanco, p. ej. queso
feta
Hierbas frescas para
decorar

PREPARACIÓN

Pasos 1

Pintar las tortillas con aceite y cortarlas en tiras de 1-1,5cm. Colocar en una bandeja de horno y hornear durante 5-7 minutos a 225 grados hasta que estén doradas y crujientes. Dejar enfriar.

Pasos 2

Cortar la melón, el pepino y el aguacate en dados. Cortar la cebolla roja en rodajas finas. Mezclar en un cuenco con el cilantro y el perejil finamente picados.

Pasos 3

Cubrir con las tiras de tortilla crujientes justo antes de servir.

Pasos 4

Mezclar ponzu, aceite de oliva, vinagre, chile, miel y pimienta para obtener una vinagreta. Rociar sobre la ensalada antes de servir.

Pasos 5

Si se desea, se puede agregar un poco de queso y hierbas adicionales.