

Ensalada de rúcula con melón y prosciutto

Tiempo total **15 Mins.** **15 Mins.** Tiempo de preparación

Información nutricional (por porción)
984 kJ / 235 Kcal

Grasas: **15 g** Proteínas: **10 g**
Carbohidratos: **13 g**

INGREDIENTES

2 porciones

- 1** melón maduro
- 100 g** de queso gorgonzola
- 100 g** de prosciutto crudo
- 30 g** de rúcula
- 2** de aceite de oliva
- cucharadas**
- 1** Kikkoman Salsa De Soja
- cucharadita** con menos sal
- naturalmente
- fermentada
- 1 cucharada** de vinagre balsámico
- 1** de miel
- cucharadita**
- 1 pellizco** de pimienta
- 1 cucharada** de glaseado de vinagre balsámico

PREPARACIÓN

Pasos 1

1 melón maduro

Parta el melón en dos mitades y extraiga las semillas con una cuchara. Utilice un sacabolos para obtener bolitas de pulpa o córtelo en cubos regulares. Coloque el melón en un bol.

Pasos 2

100 g de queso gorgonzola - **100 g** de prosciutto crudo - **30 g** de rúcula

Trocee el gorgonzola en dados medianos y rasgue el prosciutto con las manos en fragmentos irregulares. Lave la rúcula, séquela con cuidado y agréguela al bol con el melón. Mezcle con delicadeza para no dañar los ingredientes.

Pasos 3

2 cucharadas de aceite de oliva - **1 cucharadita** Kikkoman Salsa De Soja con menos sal naturalmente fermentada - **1 cucharada** de vinagre balsámico - **1 cucharadita** de miel - **1 pellizco** de pimienta - **1 cucharada** de glaseado de vinagre balsámico

En un cuenco pequeño, mezcle el aceite de oliva, la Salsa de Soja con menos sal Naturalmente Fermentada Kikkoman, el vinagre, la miel y la pimienta. Vierta el aliño sobre la ensalada y remueva de nuevo. Sirva la ensalada en las mitades de melón vaciadas y rocíe con el glaseado balsámico.