



Ensalada Emilia

Tiempo de preparación: 15 minutos

Tiempo de cocimiento: N/A

Tiempo total: 15 minutos

Porciones: 8 personas

Antes que nada les comento que esta ensalada lleva hierbabuena seca. Por algún motivo sabe mucho mejor y es un sabor mucho más concentrado que cuando se le pone hierbabuena fresca.

Podría en dado caso usarse fresca, o bien sustituir por albahaca o menta, el sabor de esta ensalada así como me la enseñó mi mamá es con hierbabuena fresca pulverizada. Una verdadera delicia al paladar y con una sensación de frescura exquisita.

Así que tomen la buena maña de comprar hierbabuena fresca cuando la vean en el super y/o sembrar su propia hierbabuena y pónganla a secar. [Secar hierbabuena](#)

Pocos ingredientes, grandes sabores.

Ingredientes:

- 4 Tomates bola grande, de color rosado.
- 3 Pepinos.
- 1/2 Cebolla mediana.
- 1/8 Taza de aceite al gusto (oliva, uva o vegetal).
- 1/4 Taza de jugo de limón (o limón al gusto).
- 2 Cucharadas de hierbabuena fresca o seca.
- Sal gusto.

Procedimiento:

Se cortan los tomates a la mitad, luego en tres partes a lo largo y dos partes a lo ancho, a manera que queden cubos grandes.

Pelar los pepinos y cortarlos a lo largo a la mitad, quitar las semillas y luego rebanarlos en medias lunas grandes. Que los pedazos queden similares a los del tomate.

La cebolla se corta en alas delgadas. Si la hierbabuena es fresca, picarla y si es seca, desbaratarla entre las manos.

Se revuelven las verduras en un tazón que permita revolver bien, se agrega el limón, aceite, hierbabuena y la sal para condimentar. Para probar el sabor de la ensalada hay que dejar que descanse un poco, revolviendo ocasionalmente y después probar solo el jugo que suelta.

Rectificar sazón y servir bien fría.

* Es recomendable hacer solo la ensalada que se va a consumir y prepararla casi a la hora de servir para que esté fresca y crujiente ya que al guardarla en el refrigerador se aguan los tomates y el pepino y



Ensalada Emilia

cambia la consistencia.

¡BUEN PROVECHO!

