

SALADA DE OMELETA

INGREDIENTES:

2 Cenouras
1 Alface
100 g de milho cozido
100 g de fiambre
100 g de queijo mozzarella ralada
3 Ovos
3 Colheres (sopa) de água fria
Sal e pimenta q.b.
Óleo para untar

Para o molho:

1 dl de azeite
Sumo de 1 limão
Cebolinho picado q.b.
Sal e pimenta q.b.

PREPARAÇÃO:

Bata os ovos com água e tempere com sal e pimenta. Leve ao lume uma frigideira (de preferência antiaderente), barre-a com um pouco de óleo, deixe aquecer, junte os ovos batidos e deixe cozinhar, em lume brando, até ficar uma omeleta bem cozida. Retire, deite em cima de papel de cozinha e enrole.

Limpe a alface, corte-a em pedaços, lave-os, deixe-os escorrer bem e depois deite-os para uma tigela. Descasque as cenouras, rale-as junto à alface, adicione também o milho, o fiambre cortado em tiras finas e o queijo ralado. Corte a omeleta em tiras finas e junte igualmente à tigela.

Prepare o molho:

Numa tigela, misture o sumo de limão com o cebolinho picado, tempere com sal e pimenta e junte depois o azeite, em fio e mexendo sempre. Regue a salada e sirva.

Dica:

Pode utilizar mistura de vários tipos de alface.