



Variaciones del aderezo de vinagreta

Rinde: 5 porciones (2 cucharadas por porción)

Tiempo de preparación: 5 minutos

Ingredientes

¡Pruebe estas combinaciones o cree la propia!

Vinagreta básica:

6 cucharadas de aceite

4 cucharadas de vinagre de manzana

¼ cucharadita de sal

¼ cucharadita de pimienta negra

Vinagreta italiana: agregar estos ingredientes a la vinagreta básica

1 cucharadita de ajo en polvo

1 cucharadita de condimento italiano

1 pizca de hojuelas de pimienta roja trituradas (opcional)

Vinagreta de mostaza y miel: agregar estos ingredientes a la vinagreta básica

1 cucharadita de mostaza Dijon o mostaza marrón picante

2 cucharaditas de miel

Preparación

1. Reunir y medir todos los ingredientes antes de comenzar a preparar la receta.
2. Combinar todos los ingredientes en un recipiente pequeño con tapa y agitar bien o combinar en un pequeño bol y batir hasta obtener una textura cremosa.
3. Dejar reposar 10 minutos para que los sabores se mezclen bien.
4. Almacenar hasta 2 semanas en un recipiente hermético en el refrigerador.
5. Es posible que los ingredientes se separen mientras la vinagreta está almacenada. Agitar o batir para volver a unir los ingredientes.

Vinagreta básica

Nutrition Facts	
5 servings per container	
Serving size 2 Tablespoons (29g)	
Amount Per Serving	
Calories	140
<small>% Daily Value*</small>	
Total Fat 16g	21%
Saturated Fat 1g	5%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0mg	0%
Sodium 115mg	5%
Total Carbohydrate 0g	0%
Dietary Fiber 0g	0%
Total Sugars 0g	
Includes 0g Added Sugars	0%
Protein 0g	0%
Vitamin D 0mcg	0%
Calcium 0mg	0%
Iron 0mg	0%
Potassium 0mg	0%

*The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

Vinagreta italiana

Nutrition Facts	
5 servings per container	
Serving size 2 Tablespoons (29g)	
Amount Per Serving	
Calories	140
<small>% Daily Value*</small>	
Total Fat 16g	21%
Saturated Fat 1g	5%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0mg	0%
Sodium 115mg	5%
Total Carbohydrate 0g	0%
Dietary Fiber 0g	0%
Total Sugars 0g	
Includes 0g Added Sugars	0%
Protein 0g	0%
Vitamin D 0mcg	0%
Calcium 0mg	0%
Iron 0mg	0%
Potassium 0mg	0%

*The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

Vinagreta de mostaza y miel

Nutrition Facts	
5 servings per container	
Serving size 2 Tablespoons (32g)	
Amount Per Serving	
Calories	150
<small>% Daily Value*</small>	
Total Fat 17g	22%
Saturated Fat 1g	5%
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0mg	0%
Sodium 140mg	6%
Total Carbohydrate 2g	1%
Dietary Fiber 0g	0%
Total Sugars 2g	
Includes 2g Added Sugars	4%
Protein 0g	0%
Vitamin D 0mcg	0%
Calcium 0mg	0%
Iron 0mg	0%
Potassium 1mg	0%

*The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.