

Pratos Principais | Saladas

Salada de Batata, Bacon e Agriões

25 min. | Fácil | Económico | 4 doses

Ingredientes

1 kg de batatas
200 g de bacon em pedaços
100 g de folhas de agriões
1 c. de sobremesa de mostarda de grão
2 c. de sopa de vinagre de vinho tinto
8 c. de sopa de azeite
sal e pimenta q.b.

Informação nutricional

Energia	641,9 kcal	32%*
Proteínas	14,7 g	29%*
Lípidos	42,4 g	61%*
Hidratos de Carbono	48,8 g	19%*

*DR - Doses de Referência para um adulto médio (8400 kJ / 2000 kcal)

Preparação

1. Corte as batatas ao meio, passe por água e coza-as por cerca de 15 minutos em água a ferver temperada com sal.Enquanto as batatas cozem, frite o bacon numa frigideira antiaderente em lume alto de forma a que este fique tostado. Escorra para um papel absorvente.
2. Numa taça misture a mostarda com o vinagre, misture, tempere com um pouco de sal e pimenta e em seguida adicione o azeite em fio, mexendo sem parar.
3. Escorra as batatas, coloque numa travessa ou saladeira, adicione os agriões, o bacon, verta por cima o molho, envolva bem e sirva de imediato.