

Pratos Principais | Saladas

Salada de Batata

25 min. | Fácil | Moderado | 4 doses

Ingredientes

750 g de batatas
4 ovos
1 cebola (picada)
2 dentes de alho
2 raminhos de salsa (picada)
1 c. de sopa de molho de mostarda
3 c. de sopa de maionese
1 c. de chá de cebolinho (picado)
1 embalagem de Natas Longa Vida Original
1 iogurte LONGA VIDA Natural

Informação nutricional

Energia	451,3 kcal	23%*
Proteínas	12,7 g	25%*
Lípidos	25,9 g	37%*
Hidratos de Carbono	40,6 g	16%*

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

Preparação

1. Lave as batatas e coza-as durante 20 minutos aproximadamente.
2. Descasque a cebola e os alhos e pique-os. Coza os ovos.
3. Misture a maionese com as Natas Longa Vida Original, a mostarda, o iogurte LONGA VIDA Natural, o sal e a pimenta.
4. Escorra as batatas, deixe-as arrefecer, descasque-as, corte-as às rodelas e misture a cebola e os alhos.

5 Junte os ovos cozidos às rodelas e o molho à salada de batata.

6 Sirva fria com salsa e cebolete.