

# BEET AND ORANGE SALAD



## Ingredients

- 4 ounces spinach and arugula mix
- 4 medium beets cooked and sliced
- 2 navel oranges peeled and sliced
- ¼ cup walnuts chopped
- 2 tablespoons feta cheese
- Salt and pepper
- 3 tablespoons olive oil
- 2 tablespoons orange juice
- 1 tablespoon red wine vinegar
- 1 tablespoon Dijon mustard
- ¼ teaspoon salt
- ¼ teaspoon black pepper

## Instructions

- Whisk together the ingredients of the dressing until it's well blended.
- Assemble the salad into one large bowl or two separate bowls. Start by placing the greens at the bottom, followed by interchanging layers of the sliced beets and sliced oranges. Crumble feta cheese on top along with walnuts and drizzle the dressing on top.
- Enjoy at room temperature or cold.

# ENSALADA DE BETABEL Y NARANJA



## INGREDIENTES

- 115 gramos de mezcla de espinaca y rúcula
- 4 remolachas medianas cocidas y en rodajas
- 2 naranjas navel peladas y en rodajas
- ¼ taza de nueces picadas
- 2 cucharadas de queso feta
- Sal y pimienta al gusto
- 3 cucharadas de aceite de oliva
- 2 cucharadas de jugo de naranja
- 1 cucharada de vinagre de vino tinto
- 1 cucharada de mostaza Dijon
- ¼ cucharadita de sal
- ¼ cucharadita de pimienta negra

## INSTRUCCIONES

- Batir todos los ingredientes del aderezo hasta que estén bien integrados.
- Armar la ensalada en un solo tazón grande o en dos tazones separados. Comienza colocando las hojas verdes en el fondo, luego intercala capas de remolachas en rodajas y naranjas en rodajas. Desmenuza el queso feta por encima, agrega las nueces y rocía el aderezo sobre la ensalada.
- Disfruta a temperatura ambiente o fría.