

# Ensalada de Patatas y Zanahorias

**Julia Correa**  
**Dominican Republic**  
**Porciones: 4-6 personas**  
**Rinde: 7 tazas aproximadamente**  
**Tiempo: 1:00 hora**

## Ingredientes

4 zanahorias medianas, peladas y cortadas en cuartos de luna  
4 patatas rojas grandes cortadas en cubos medianos, sin pelar  
2 huevos grandes  
1 cucharada de vinagre de manzana  
Jugo de media naranja recién exprimida  
2 cucharaditas de mostaza  
1 cucharadita de miel  
1/4 taza de aceite de oliva  
1 cucharadita de sal marina

## Instrucciones

- ✦ **Huevos duros:** Coloque los huevos en una cacerola pequeña con agua hasta cubrir por lo menos dos pulgadas por encima de los huevos. Hierva a fuego mediano. Deje hervir durante un minuto y apague el fuego. Saque la cacerola del fuego, cubra y deje reposar durante 15 minutos. Escorra, cubra los huevos con agua helada hasta que estén completamente fríos. Pele, enjuague y corte en dados.
- ✦ En una cacerola grande, hierva las patatas y las zanahorias durante 10 minutos aprox. o hasta que estén tiernas. Escorra la verdura y deje enfriar.
- ✦ Mientras se enfrían las verduras, bata juntos el vinagre, la mostaza, jugo de naranja, miel y la sal en un tazón. Incorpore lentamente el aceite de oliva y bata hasta que la preparación esté espesa y cremosa. Coloque la vinagreta cremosa sobre las verduras enfriadas y los huevos y mezcle bien con una cuchara.
- ✦ Cubra y refrigere hasta que esté frío.

## ¿Sabía Usted?

La cáscara de las patatas proporciona más valor nutritivo ya que contiene potasio, vitamina C, fibra y vitamina B, sustancias que favorecen la salud del corazón y de la piel y fortalecen los músculos.

