



## Ingredientes

- 1 manzana
- 1 rama de apio tierno
- 1 zanahoria cortada en tiras
- un puñado de maíz cocido
- un poco de escarola o lechuga
- 1 yogur natural (más o menos unas 4 cucharadas soperas)
- zumo de un limón
- un poquito de aceite de oliva
- sal y pimienta molida

## Paso a paso

Preparamos la salsa batiendo el yogur con un chorrito de aceite de oliva y el zumo de medio limón.

Salpimentamos y reservamos en frío mientras preparamos la ensalada.

Pelamos y cortamos la manzana rociándola con el zumo del otro medio limón.

Cortamos el apio, la escarola y la zanahoria (también se puede rallar) y mezclamos con la manzana y el maíz.

Servimos con la salsa de yogur.