

## Marinated Black Bean Salad (Ensalada de frijoles negros marinados)

### INGREDIENTES

- 1 lata (425 grs ) de frijoles negros
- 1½ tazas de arroz integral cocido (½ c. seco)
- 2 cucharadas de cebolla picada
- 1½ tazas de brócoli, picado



### ADEREZO

- 2 cucharadas de aceite de canola o de oliva
- 2 cucharadas de vinagre de vino tinto
- ¾ cucharadita de tomillo seco
- ¼ cucharadita de polvo de ajo
- 1½ cucharaditas de copos de perejil seco
- ¼ cucharadita de pimienta negra

### INSTRUCCIONES

- Escurrir y enjuagar los frijoles negros. Añada arroz integral, cebolla y brócoli. Mezclar suavemente.
- En un tazón pequeño, mezcle los ingredientes restantes para el aderezo.
- Añada el aderezo a la mezcla de frijoles. Mezcle suavemente.
- Refrigere para permitir que se desarrolle el sabor. Servir frío.