

Cabbage salad



Ingredients

- 4 cups cabbage, grated
- 2 carrots, grated
- ½ cup mayonnaise, low-fat
- 4 teaspoons sugar, Xylitol sugar
- 4 tablespoons apple cider vinegar
- 2 tbsp mustard
- ½ teaspoon salt
- Pizca de pimienta negra, molida
- 2 eggs cooked, chopped (optional)

In a bowl add mayonnaise, sugar, vinegar, mustard, salt and pepper, mix well.

Empty grated cabbage and carrot in a bowl

Add the dressing mixture to cabbage and carrot and combine well. Cover and leave to rest in the refrigerator for at least 2 hours, this will allow the vinegar to soften the cabbage and carrot.

Add the chopped egg before serving, optional.

Ensalada de repollo



Ingredientes

- 4 tazas de repollo, rallad
- 2 zanahorias, ralladas
- ½ taza de mayonesa, baja en grasa
- 4 cucharaditas de azúcar, azúcar Xilitol
- 4 cucharadas de vinagre de manzana
- 2 cucharadas de mostaza
- ½ cucharadita de sal
- Pizca de pimienta negra, molida
- 2 huevos cocidos, picados (opcional)

En un recipiente añadir la mayonesa, azúcar, vinagre, mostaza, sal y pimienta, mezclar bien.

Vaciar en un tazón el repollo y la zanahoria

Agregar la mezcla del aderezo al repollo y zanahoria y combinar bien. Tapar y dejar reposando en el refrigerador por lo menos 2 horas, esto permitirá que el vinagre suavice el repollo y la zanahoria.

Agregar el huevo picado antes de servir, opcional