

Verduras, aguacate y puré de guisantes

Flower Power recipe



Ingredientes

Ingredientes para 10 porciones:

300 g de mitades de aguacate Ardo

150 g de puré de guisantes Ardo

100 g de guisantes extrafinos Ardo

100 g de judía verde extrafina Ardo

100 g de habas de soja edamame Ardo

100 g de guisante tirabeque redondo Ardo

200 g de veggie bacon Ardo

1 dl de aceite de oliva

1 lima

Sal y pimienta

150 g de queso feta

Flores o brotes decorativos

Modo de preparación

1. Deshidrata el veggie bacon 6 horas en el horno a 80 °C y procesa en la batidora hasta obtener un picado fino.
2. Descongela el aguacate y el puré de guisantes, mezcla juntos para obtener una masa homogénea, incorpora la mitad del aceite de oliva y el zumo de lima, y sazona con sal y pimienta.
3. Escalda o cocina al vapor todas las verduras brevemente y enjuaga de nuevo en frío. Mezcla con un chorrito de aceite de oliva y sazona con sal y pimienta.
4. Emplata la crema de guisantes y aguacate. Vierte todas las verduras y desmenuza un poco de queso feta por encima.
5. Dale el toque final con el crumble de veggie bacon y algunas flores o brotes decorativos.

Alérgenos

Milk

Soy



We preserve nature's gifts