



🏠 Archivo de recetas > Recetas Mediterráneas

SAY **"MMM, YES"** TO
AMERICA'S MOST POPULAR MEAL KIT



\$30 OFF

INCLUDING
FREE SHIPPING
ON YOUR FIRST BOX



Tazones de tabulé de garbanzos crujientes

con aderezo cremoso de queso feta

VER NUESTROS PLANES

Somos grandes admiradores del omnipresente “power bowl”, pero tenemos que admitir: este es muy especial. Es un festín del Medio Oriente de un tazón que está lleno de sabor. La base es una ensalada de bulgur al limón con pepino, tomate, cebolletas y eneldo. En la parte superior, hay garbanzos crujientes con especias harissa, pimienta morrón y un chorrito de aderezo cremoso de queso feta. ¡No hay nada mejor que esto!

Etiquetas : Vegetariano

Alérgenos : Trigo • Leche

Energía (kJ)	3598 kJ	Calorías	860 kcal
gordo	43 g	Grasa saturada	12 g
Carbohidrato	91 g	Azúcar	14 g
Fibra dietética	18 g	Proteína	25 g
Colesterol	45 mg	Sodio	1070 mg

Due to the different suppliers we purchase our products from, nutritional facts per meal can vary from the website to what is received in the delivered box, depending on your region.

Ingredientes

Ingredients ▾

cantidad de porción

2

4

serving amount

2

4



13,4 onzas
Garbanzos



1 unidad
Pimiento morrón



1 cucharada
Polvo de Harissa



½ taza
Trigo hervido, trigo vulgar
(*Contiene **trigo***)



1 unidad
Pepino persa



1 unidad
Tomate Roma



2 unidad
Cebolletas



¼ de onza
eneldo



1 unidad
Limón



4 cucharadas
Crema agria
(*Contiene **leche***)



½ taza
Queso feta
(*Contiene **leche***)