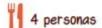
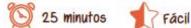
Albóndigas vegetarianas de nueces, tofu y legumbres







Ingredientes

200 g de tofu 100 g de lentejas cocidas 1 cebolla rallada 100 g de queso ricotta 100 g de queso crema desnatado 100 g de Nueces de California Salsa de soja Salsa Worcestershire Pimienta 200 g de harina de garbanzos

Para el rebozado

Huevo (o linaza) Harina Pan rallado Aceite para freir

Para la guarnición

200 g de tomates cherry 1 cebolleta entera 40 a de Nueces de California Hojas de albahaca Vinagre Una pizca de sal Pimentón Ajo picado Aceite de oliva virgen extra

Elaboración

Tostar las nueces, triturarlas con los demás ingredientes de las albóndigas y enharinar haciendo bolitas para pasar después por huevo y pan rallado. Freír y reservar.

Para la guarnición, cortar los tomates y la cebolleta, mezclar con el ajo picado y las hojas de albahaca. Condimentar con una vinagreta a base de pimentón, sal, vinagre y aceite de oliva.

Servir las albóndigas con la guarnición.





