

Lista de ingredientes para la receta Tarta de Espárragos y Quinoa Negra

Masa brisee

- Agua 50 c.c.
- Azúcar integral orgánica 50 Gramos
- Harina integral orgánica 500 Gramos
- Huevos 110 Gramos
- Manteca 50 Gramos
- Sal 10 Gramos
- Yema de huevo 1 unidad

Relleno

- Aceite De Oliva c/n
- Ajo picado 2 Unidades
- Ajo picado 2 Unidades
- Cebolla de verdeo fileteada 30 Gramos
- Ciboulette 1 cda
- Espárragos blanqueados 1/2 Atado
- Kale 200 Gramos
- Perejil 1 cda
- Quinoa negra cocida 400 Gramos
- Cebolla picada 2 Unidades
- Sal y Pimienta c/n
- Cebolla Morada 2 Unidades

Ricota de castañas de cajú

- Aceite De Oliva 30 c.c.
- Castañas de cajú remojadas 300 Gramos
- Leche de castañas 150 c.c.
- Limón para su ralladura 1 unidad
- Pimienta molida c/n
- Sal c/n

Salsa blanca vegana

- Avena procesada 140 Gramos
- Leche de almendras 800 c.c.
- Nuez Moscada c/n
- Sal c/n