

Bifes de coliflor

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Coliflor: 2 Rebanada Grandes

Aceite: Cantidad necesaria

Tomillo: Cantidad necesaria

Sal: Cantidad necesaria

Para el acompañamiento

Garbanzos cocidos: 100 Gramos Ají molido: Cantidad necesaria

Para el puré

Berenjenas asadas: 2 Unidades Jugo de Limón: 2 Cucharadas

Comino: 1 Pizca Pimentón: 1 Pizca

Pasta de sésamo: 2 Cucharadas Sal a gusto:

Preparación de la Receta

- Cortar la coliflor en rodajas anchas (3 cm), untar con aceite de oliva, agregar tomillo fresco y
 en plancha caliente con manteca y aceite de oliva cocinar los bifes de coliflor hasta dorar
 bien de ambos lados
- Pelar las berenjenas y la pulpa pisarla con tenedor
- Condimentar con sal, jugo de limón, comino, pimentón y pasta de sésamo
- Freír los garbanzos hasta dorar
- Servir el puré de berenjenas, por encima los garbanzos crocantes y al lado acomodar los bifes de *coliflor* dorados
- ??