

Lista de ingredientes para la receta Ensalada de Algas y Hojas de Estación

Ingredientes

- Hojas verdes de estación 300 Gramos
- Láminas de pepino 1 unidad
- Palta 1 unidad
- Tomates cherry 100 Gramos

Algas marinadas

- Ajo rallado 1 Diente
- Aceite de Sésamo c/n
- Azúcar integral 50 Gramos
- Cebolla de verdeo al bias 20 Gramos
- Ciboulette picada 1 cda
- Hiziki 20 Gramos
- Jengibre rallado 1 cdta
- Kombu 20 Gramos
- Limón para su jugo 1 unidad
- Salsa de soja 100 c.c.
- Wakame 20 Gramos

Croquetas de mijo, porotos aduki y hongos

- Aceite De Oliva c/n
- Cebolla picada 50 Gramos
- Cebolla de verdeo picada 50 Gramos
- Champignones picados 50 Gramos
- Cilantro picado 1 cda
- Dientes de ajo picado 50 Gramos
- Diente de ajo picado 50 gr
- Fecula De Maiz 50 Gramos
- Girgolas picadas 50 Gramos
- Hakusai picado 50 Gramos
- Jengibre rallado 1 cdta
- Mijo cocido 300 Gramos
- Porotos Aduki Cocidos 200 Gramos
- Portobellos picados 50 Gramos
- Repollo picado 50 Gramos

Vinagreta

- Aceite De Oliva 150 c.c.
- Ciboulette 1 cda
- Jugo de Limón 50 c.c.

- Miel 2 cdas
- Orégano 1 cda
- Perejil 1 cda
- Pimienta molida c/n
- Sal c/n
- Tomillo 1 cda