

Lista de ingredientes para la receta Ensalada de Coliflor por Marcela Lovegrove

Dressing de curry

- Albahaca fresca picada 10 grs
- Curry en polvo 1 cda
- Lima para su ralladura y jugo 1 unidad
- Miel 1 cda
- Leche de coco 100 cc
- Sal y Pimienta c/n
- Vinagre de manzana 1 cda

Garbanzos

- Ají molido 2 cedita
- Paprika 2 ceditas.
- Coriandro 2 ceditas.
- Cúrcuma 1 cedita
- Garbanzos cocidos 300 grs
- Lima para su jugo 1 unidad
- Aceite De Oliva c/n

Tabule de coliflor

- Cebolla morada en pluma 1 unidad
- Cilantro fresco picado 2 cdas
- Coliflor 1 unidad
- Hojas de espinaca fresca 100 grs
- Hojas de radiccio 100 grs
- Mango cortado chiquito 1 unidad
- Menta fresca picada 2 cdas
- Queso feta desgranado con la mano 200 grs