

# Lista de ingredientes para la receta Ragout de Vegetales

## Ingredientes

- Ají molido c/n
- Ajo picado 4 Unidades
- Apio picado 4 Tallos
- Arvejas 100 Gramos
- Berenjenas en dados 300 Gramos
- Brócoli hervido 6 Flores
- Calabaza en cubos 250 Gramos
- Caldo de verduras c/n
- Cebolla picada 300 Gramos
- Cebolla de verdeo al bias 150 Gramos
- Cebolla morada picada 150 Gramos
- Champignones en cuartos 100 Gramos
- Chauchas 150 Gramos
- Choclos para usar sus granos 2 Unidades
- Coliflor hervido 6 Flores
- Comino c/n
- Espinaca 100 Gramos
- Hakusai 100 Gramos
- Hinojo en juliana 1 unidad
- Laurel c/n
- Morrón rojo en dados 1 unidad
- Morrón verde en dados 1 unidad
- Morrón amarillo en dados 1 unidad
- Orégano c/n
- Pak choi 1 Atado
- Pimentón c/n
- Porotos negros cocidos 300 Gramos
- Porotos Mung cocidos 300 Gramos
- Porotos pallar cocidos 300 Gramos
- Portobellos en cuartos 100 Gramos
- Puerro al bias 150 Gramos
- Repollo colorado picado 200 Gramos
- Repollo blanco picado 200 Gramos
- Salsa de tomate c/n
- Tomates cherry 200 Gramos
- Zanahoria en dados 200 Gramos
- Zapallitos picados 300 Gramos
- Zapallo kabutia en cubos 250 Gramos
- Zucchini picados 300 Gramos

## Polenta a la plancha

- Aceite De Oliva c/n
- Caldo de verduras 300 c.c.

- Cebolla picada 20 Gramos
- Cebolla de verdeo picada 20 Gramos
- Ciboulette c/n
- Leche de almendras 300 cc
- Orégano c/n
- Polenta 120 Gramos
- Queso Parmesano Rallado 100 Gramos
- Queso Pategrás rallado 100 Gramos