Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas



PLATOS PRINCIPALES

Bao de ventresca de atún

6 raciones · 414 kcal

Ingredientes

- **200gr** leche de coco
- **280gr** harina de fuerza
- **15gr** levadura fresca prensada
- **1 cucharadita** de sal
- Ventresca de atún de Almadraba
- Salsa sriracha mayo de Gotan
- Cebolla morada encurtida
- Zanahoria en juliana
- Sésamo negro

POR RACIÓN

Proteínas	**19 g**
Grasas	**21 g**
Hidratos	**38 g**
Fibra	**2,1 g**

Elaboración

1. Diluimos la levadura en la leche de coco, agregamos harina, sal y amasamos.
2. Dividimos la masa en seis partes, hacemos bolitas y aplastamos, pincelamos con un poco de aove, doblamos por la mitad y colocamos sobre papel vegetal.
3. Cocinamos al vapor durante 12 minutos.
4. Rellenamos con ventresca, zanahoria, cebolla, salsa sriracha y sésamo.

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Lidia Santana | Creadora de Contenido y Recetas
cooknest.app/@coolfood-bylidya · Instagram @coolfood_bylidya