The Green Fork



APERITIUS / ENTRANTS · VEGÀ

Sticks de carbassó sense gluten

30min · 4 racions · 250 kcal

Ingredients

- **1** carbassó
- **80g** de farina de cigró
- **100ml** d'aigua
- Sal
- Crumbs crocants amb all i julivert
- Oli

PER RACIÓ

Proteïnes	6 g
Greixos	10 g
Hidrats	15 g
Fibra	3 g

Elaboració

1. Enfornar durant 20-25 minuts a 180 °C

Fet amb CookNest

Totes les receptes de The Green Fork
cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork