The Green Fork



PLATS PRINCIPALS · VEGÀ

Nyoquis de boniato

30min · 4 racions · 209 kcal

Ingredients

- **350g** boniato
- **150g** farina
- Sal

SALSA

- **2** grans d'all
- Tomàquets secs
- Julivert fresc
- Formatge en pols vegà
- **2cdes** de crema de llet vegana

PER RACIÓ

Proteïnes	6,5 g
Greixos	4,8 g
Hidrats	29 g
Fibra	2,5 g

Elaboració

1. Cuinar el boniato 8min al vapor
2. Un cop fets els nyoquis bullir durant 3-4min

Fet amb CookNest