The Green Fork



PLATS PRINCIPALS · VEGÀ

Truita vegana trufada

4 racions 350 kcal

Ingredients

- **3** patates
- **1** ceba gran
- **3cdta** de pasta de trufa
- **100g** de farina de cigró
- **250ml** de llet vegetal
- Oli d'oliva
- Sal

PER RACIÓ

Proteïnes	**10 g**
Greixos	**18 g**
Hidrats	**25 g**
Fibra	**4 g**

Elaboració

1. Tallar la ceba i les patates i fregir-les amb oli i sal
2. Barrejar en un bol la farina, la llet, la pasta de trufa i una mica de sal fins que no quedin grumolls
3. Afegir la patata i la ceba ja cuinades a la barreja d'ou i barrejar
4. Cuinar en una paella amb oli a foc mig durant 3 min aprox. per costat

Fet amb CookNest

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