The Green Fork



APERITIUS / ENTRANTS · VEGÀ

Albergínia cruixent amb sirope i formatge grec

30min · 4 racions · 350 kcal

Ingredients

- **1** albergínia
- **80g** de farina de cigró
- **100ml** de llet vegetal
- Sal i pebre
- Pa ratllat
- Oli
- Sirope d'agave
- Formatge grec vegà

PER RACIÓ

Proteïnes	**10 g**
Greixos	**18 g**
Hidrats	**26 g**
Fibra	**6 g**

Elaboració

1. Abans de rebossar l'albergínia, deixar-la en remull amb aigua i sal durant 15-30min
2. Enfornar a 180°C durant 15-20min

Fet amb CookNest

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