The Green Fork



PLATS PRINCIPALS · VEGÀ

Canelones trufados

4 racions 350 kcal

Ingredients

- **1** ceba
- **2** grans d'all
- **200g** de soja texturitzada
- **200g** de xampinyons
- Salsa de tomàquet
- **400ml** de crema de soja
- **2 cullerades** de margarina
- **50g** de farina de dacsa
- Oli d'oliva
- Sal
- Pebre negre
- Nou moscada
- **2 cullerades** de cafè de pasta de trufa

Elaboració

1. Deixar la soja texturitzada en remull durant 15-20'
2. Tallar i fregir la ceba en una paella amb oli d'oliva uns 2'
3. Tallar i afegir els xampinyons
4. Escórrer la soja texturitzada i afegir-la a la paella
5. Cuinar a foc mig fins que quedi tot ben fet
6. Afegir una mica de salsa de tomàquet, sal, pebre i orenga
7. Triturar tota la barreja (opcional)
8. Bullir la pasta dels canelons, deixar-la refredar i farcir-los amb la barreja
9. Per a la salsa bechamel posar la crema de soja en un cassó i escalfar a foc mig uns 4-5'
10. En un bol desfer la margarina i anar afegint la farina de dacsa barrejant constantment. Afegir-ho al cassó amb la crema de soja
11. Salpebrar i afegir una mica de nou moscada

12. Barrejar fins que quedi una massa homogènia
13. Afegir la pasta de trufa i barrejar de nou
14. Colocar els canelons farcits en una safata per al forn, abocar la bechamel per sobre i una mica de formatge ratllat vegà
15. Gratinar al forn a 220º

PER RACIÓ	15 g Proteïnes	20 g Greixos	26 g Hidrats	4 g Fibra

Fet amb CookNest



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