The Green Fork



PLATS PRINCIPALS · VEGÀ

Fajitas casolanes

1h · 4 racions · 280 kcal

Ingredients

FAJITAS

- Pebrots
- Carbassó
- Pollastre vegà
- Mix d'espècies per fajitas
- Oli i sal
- Toppings: Guacamole, llima o llimona, coriandre

TORTILLES

- **250g** de farina de blat
- Sal
- **50ml** d'oli d'oliva
- **125ml** d'aigua
- **1cdta** de llevat químic

PER RACIÓ

Proteïnes	15 g
Greixos	12 g
Hidrats	26 g
Fibra	3 g

Elaboració

FAJITAS

1. Tallar i coure les verdures al forn a 180°C uns 35 min

TORTILLES

2. Barrejar tots els ingredients de les tortilles i amassar bé fins a obtenir una massa homogènia
3. Fer boles d'uns 60g aproximadament i estirar-les en forma fina i circular
4. Coure-les en una paella amb una mica d'oli

Fet amb CookNest



Totes les receptes de The Green Fork

cooknest.app/@thegreennfork · Instagram @thegreennfork