



Dinar de Nadal

MENÚ

Per començar...

PATÉ VEGÀ
(AMB RESTES DE LLENTIES, BOLETS, I ANACARDS)

200 G DE LLENTIES CUITES / 50 G D'ANACARDS /
100 G DE BOLETS / 1 CEBA / 2 CULLERADES DE
SUCRE BLANC / 1 CULLERADA DE VINAGRE
BALSÀMIC



Per continuar
SUQUET DE PEIX

800 G DE RAP O QUALSEVOL PEIX TALLAT A PORCIONS /
150 G DE SOFREGIT DE CEBA I TOMÀQUET / 250 ML
D'AIGUA O BROU DE PEIX / 200 G DE PATATES BULLIDES
/ SAL / 100 G DE Salsa ROMESCO / 1 CULLERADETA
PLENA DE PEBRE VERMELL

Per acabar

PLUM CAKE AMB RESTES D'INFUSIONS DE FRUITA

4 OUS / 40 ML DE ROM / 150 G DE FARINA / 150 G
DE SUCRE / 2 CULLERADES DE PANSES SENSE
LLAVORS / 1 SOBRE DE LLEVAT QUÍMIC (16 G) / 2
CULLERADES DE RESTES D'INFUSIONS DE FRUITA /
150 G DE MANTEGA A TEMPERATURA AMBIENT

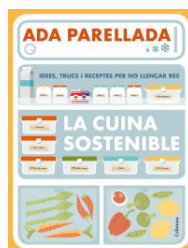


Les receptes les trobaràs a:



Cocina zero waste :
comprar, conservar y
cocinar sin residuos
Sebastian Simon

pàgina 123 i 170



La Cuina sostenible:
idees, trucs i receptes
per no llençar res
Ada Parellada

pàgina 133

