

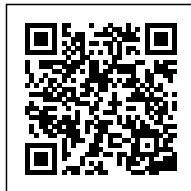
CARPACCIO DE BETABEL

Posted on 9 febrero, 2021 by Regina Villarreal



Categories: [Ensaladas](#), [Entradas](#), [Recetas](#)

Tags: [aderezo](#), [betabel](#), [carpaccio de betabel](#), [comida sana](#), [gluten free](#), [sin azucar](#), [sin gluten](#), [vegetariano](#)



INGREDIENTES:

- 1 betabel grande cocido en rebanadas delgaditas
- ¼ T. cebolla morada picada finamente
- ¼ T. perejil fresco picado finamente
- ½ T. de corazón de nuez tostada

PARA EL ADEREZO:

- 1 C. Mostaza Dijon
- 1 C. mostaza en grano
- 1 T. aceite de oliva extra-virgen
- ½ T. vinagre de manzana Bragg's
- ½ T. jugo de naranja
- 2 C. miel de abeja
- 1 ½ c. **MOLIDO DE LA CASA GREENHOUSE**
- ½ c. sal del Himalaya
- 1 pizca de pimienta negra

PREPARACIÓN:

1. Cocer el betabel en agua. Pelar, dejar enfriar y rebanar. Reservar.
2. Picar la cebolla y el perejil.
3. Tostar la nuez en un sartén para que queden crujientes. (Se pueden caramelizar con un poco de miel de abeja en el horno)
4. Para el aderezo incorporar todos los ingredientes en un tazón y mezclar muy bien con un globo o si se prefiere puede ser en la licuadora.
5. En platón colocar las rebanadas de betabel, agregar encima con la cebolla y el perejil.
6. Agregar el aderezo y decorar con la nuez.

AGREGA VIDA A TU COMIDA

There are no comments yet.