

EJOTES PREPARADOS

Posted on 28 septiembre, 2020 by Regina Villarreal



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

Tags: [EJOTE](#), [ensalada de ejote](#), [vegano](#), [verdura salteada](#)



INGREDIENTES:

- 450 g de ejote francés orgánico*
- 1 C. aceite de oliva extra-virgen prensado en frío
- 1-2 c. [MIXTO PICANTE GREENHOUSE](#)
- ½ - 1 c. [ADOBO MAESTRO GREENHOUSE](#)
- ½ - 1 c. [MOLIDO DE LA CASA GREENHOUSE](#)
- 1 pieza jugo lima o limón amarillo
- 15-20 almendras naturales picadas (se puede modificar la cantidad al gusto)

PREPARACIÓN:

1. En un sartén colocar a fuego medio los ejotes crudos.
2. Agregarle el aceite de oliva y espolvorear el [MIXTO PICANTE GREENHOUSE](#), el [ADOBO DE LA CASA GREENHOUSE](#), el [MOLIDO DE LA CASA GREENHOUSE](#), la sal de mar, la pimienta.
3. Mezclar muy bien y "saltar" los ejotes por un minuto. Exprimir el jugo de lima o limón amarillo , revolver y tapar para que se terminen de cocer los ejotes. (Unos 5 minutos para que queden crujientes)
4. Destapar, agregar las almendras al sartén y mezclar todo muy bien.
5. Probar y rectificar sazón.
6. Servir con unas rebanadas de limón amarillo.

* Aproximadamente ½ bolsa de *Organic French Beans* de Costco

[AGREGA VIDA A TU COMIDA](#)

