

Romesco ligero con bacon de tofu marinado con rodajas de puerro a la plancha

Vegano

19



Tomate



Pimiento



Avellanas enteras crudas



Tofu



Puerro



Pimentón ahumado



Salsa de soja

De tu despensa: sal y pimienta, aceite de oliva, agua, ajo, vinagre de vino tinto.

Cocinando: 25 mins
Listo en: 35 mins



El romesco es una salsa que tiene su origen en la gastronomía catalana y que, probablemente, conoces por servir de acompañamiento a los famosos “calçots”. En este caso, utilizamos el grandísimo sabor de esta preparación a base de pimiento, tomate y frutos secos como base en una receta diferente y vegetariana.

Antes de empezar

Planifica qué receta cocinarás primero según la caducidad de sus ingredientes y limpia las frutas y verduras. ¡No olvides lavarte las manos!

Utensilios necesarios:

Bandeja de horno con papel de horno, bol, rallador, túrmix, bol grande, jarra medidora, sartén con tapa, papel de cocina.

Ingredientes

	2P	4P
Tomate	2 unidades	4 unidades
Pimiento	1 unidad	2 unidades
Avellanas enteras crudas 2)	10 gramos	20 gramos
Tofu* 11)	180 gramos	360 gramos
Puerro	1 unidad	2 unidades
Pimentón ahumado 9)	1 sobre	2 sobres
Salsa de soja 11) 13)	1 sobre	2 sobres
Agua	80 ml	160 ml
Ajo	2 unidades	4 unidades
Vinagre de vino tinto	1 cucharadita	2 cucharaditas
Aceite para la salsa	3 cucharadas	6 cucharadas

*Conservar en la nevera

Información nutricional

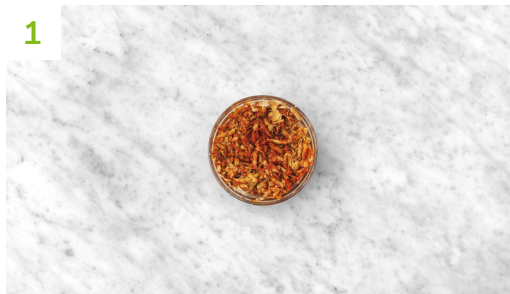
	Por ración	Por 100 g
en base a los ingredientes sin cocinar	424 g	100 g
Valor energético (kJ/kcal)	2392/ 572	564/ 135
Grasas (g)	32,9	7,7
de las cuales saturadas (g)	4,6	1,1
Carbohidratos (g)	44,2	10,4
de los cuales azúcares (g)	14,0	3,3
Proteínas (g)	17,9	4,2
Sal (g)	2,4	0,6

Alérgenos

2) Frutos secos **9)** Mostaza **11)** Soja **13)** Cereales que contienen gluten.

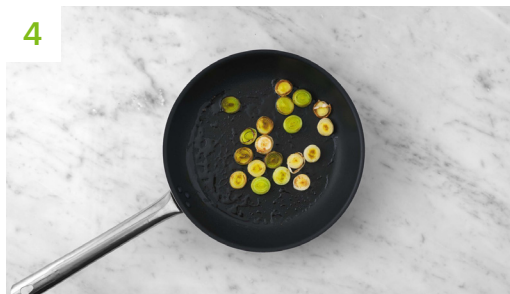
Para más información de alérgenos, revisa la lista de ingredientes declarada en el envase de cada ingrediente.

¡Recíclame!



Prepara el tofu

¡Asegúrate de utilizar las cantidades indicadas a la izquierda para preparar tu receta! Precalienta el horno a 220°C. Seca el **tofu** con papel de cocina, presionando para eliminar la mayor humedad posible. Luego, rállalo con un rallador y reserva en un bol. Añade el **pimentón ahumado**, la **salsa de soja** y un chorrito generoso de **aceite**. Mezcla bien y reserva.



Cocina el puerro

Retira las raíces y el extremo verde del **puerro** y deséchalos. Córtales en rodajas de 2 cm de grosor. En una sartén, calienta un chorrito de **aceite** a fuego medio. Agrega las rodajas de **puerro**, **salpimenta** y añade el **agua** (ver cantidad en ingredientes). Tapa la sartén y cocina 4 min por lado. Luego, destapa y cocina 1 min más, hasta que el **agua** se evapore y el **puerro** quede tierno. Reserva fuera de la sartén.



Hornea las verduras

Corta el **pimiento** por la mitad y quítale las semillas. Luego, córtalo en cuadrados de 2 cm. Corta el **tomate** en cuartos. Pela el **ajo** (ver cantidad en ingredientes). Coloca el **pimiento**, el **tomate** y el **ajo** en una bandeja de horno con papel de horno y agrega un chorrito de **aceite**, **sal** y **pimienta**. Mezcla y hornea a media altura 10 min. Pasado este tiempo, remueve y agrega las **avellanas**. Hornea 5 min más.



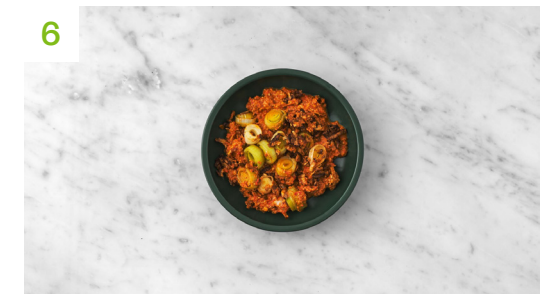
Tritura el romesco

Cuando las **verduras** y las **avellanas** estén listas, colócalas en una jarra medidora. Agrega el **vinagre de vino tinto** y el **aceite para la salsa** (ver cantidad en ingredientes de ambos), **sal** y **pimienta** y tritura con un túrmix hasta conseguir una **salsa romesco** cremosa.



Hornea el tofu

Reparte el **tofu** marinado en una sola capa en una bandeja de horno con papel de horno. Hornea en el estante superior 10-15 min, hasta que se dore y quede crujiente. Remueve a mitad de cocción.



Emplata y disfruta

Agrega la **salsa romesco** en la base de los platos y agrega encima las rodajas de **puerro** y el **tofu** crujiente.

¡Que aproveche!

¡Ponle nota, chef!
Tu opinión es nuestro ingrediente secreto.

