

Empanadillas vegetales de habas, ajetes y escarola

COOKING
LOVERS TRNAVA

Raciones para 1

20
Obleas para empanadillas
1/2
Cebolla
100 g
Ajetes
200 g
Habas
75 g
Escarola
100 g
Tofu
1 cucharadita
Sal kala namak
1 cucharadita
Pimentón dulce de la Vera
1 cucharadita
Comino
1/2 cucharadita
Cúrcuma
1/4 cucharadita
Pimienta negra
Sal al gusto

- 1 Para empezar a preparar el relleno de las empanadillas, pica la cebolla y los ajetes en trocitos pequeños. Luego sofríelos en aceite de oliva mientras escaldas las habas un minuto.
- 2 Seguidamente añade el tofu a la sartén y dóralo. Incorpora las especias y las habas escurridas y cocina todo unos minutos más.
- 3 Por último, añade la escarola a la sartén junto con el resto de ingredientes. Remueve y cuando esté blandita retira del fuego.
- 4 Tritura parcialmente el sofrito y rellena con él las obleas de las empanadillas.
- 5 Hornea a 180°C entre 15 y 20 minutos hasta que estén doradas por ambas partes. Sírvelas calentitas acompañadas de un poco de salsa de tomate natural y a disfrutar.

Notas del Chef

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/empanadillas-vegetales-de-habas-ajetes-y-escarola/>

COOKING
LOVERS 