

HAMBURGUESA DE HONGO PORTOBELLO

Elabora paso a paso estos deliciosos chiles rellenos con picadillo de soya.

INGREDIENTES

PORCIÓN: 2 Hamburguesas

- 2 hongos portobello
- Mayonesa vegana
- Sal
- Paprika
- Pimienta en polvo
- Ajo en polvo
- Aceite de oliva
- Lechuga
- Jitomate
- Pepino
- Cebolla
- Limón
- Bollo para hamburguesa

NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS.

Modo de preparación

2 cucharadas de aceite de oliva a un recipiente. Agregamos un poco de pimienta en polvo, un poco de ajo en polvo, un poco de pimentón o paprika en polvo y $\frac{1}{4}$ de cucharadita de sal. Revolvemos. Apartamos.

los tallos de 2 hongos portobello y los limpiamos con una servilleta por encima y picamos varias veces con un cuchillo en la superficie.

la mezcla que tenemos, barnizamos los hongos por todos lados. Los pasamos a una sartén caliente con un poco de aceite. Dejamos que se doren de un lado y volteamos.





por los dos lados los bollos para hamburguesa en una plancha o comal.

mayonesa vegana a los bollos, agregamos lechuga, unas gotas de limón y un poco de sal. Agregamos el hongo portobello, una rebanada de jitomate y un poco de limón y sal. Agregamos una rodaja de pepino y un poco de cebolla.

con la tapa que ya tiene mayonesa vegana .

Ver video

@RosaGarcia-ip7gw

Ya he realizado estás hamburguesas y mi esposo fue el primero que cayó creyendo que era carne  , quedan muy ricas gracias   

@gracielasusanapaz4923












No me van a creer, pero quise meter la mano por la pantalla de mí celular para agarrar la hamburguesa, como estaba almorzando creo que mí cerebro jugó conmigo



@23Bentley45

Yo les doy LIKE y luego veo la receta. Así de segura estoy de qué deliciosas van a estar! Mil gracias por estas hamburguesas que están súper tentadoras.

@deliapatlan523

Deyanira y Alfonso     que delicia y súper fácil de preparar. Jajaja qué dice la hamburguesa, cómeme cómeme       

GUACAMOLE

Rico y nutritivo Guacamole

INGREDIENTES

PORCIÓN: 2 Personas

- 1 chile serrano
- $\frac{1}{2}$ cebolla mediana
- Cilantro
- Limón
- Ajo en polvo
- Sal
- Aceite de oliva
- 1 y 1/2 aguacates grandes

– $\frac{1}{4}$ de taza de Agua

NOTA: TODAS LAS VERDURAS DEBEN DE ESTAR LAVADAS Y DESINFECTADAS.

Modo de preparación

un recipiente agregamos un $\frac{1}{2}$ cebolla finamente picada. Agregamos la pulpa de un aguacate y medio. Machacamos con un tenedor.

$\frac{1}{4}$ de taza de agua y mezclamos. Agregamos el jugo de medio limón y $\frac{3}{4}$ de cucharadita de sal, un poco de ajo en polvo y una cucharada de aceite de oliva. Mezclamos. Probamos de sal y agregamos al gusto.

un puño generoso de cilantro finamente picado y mezclamos.

con totopos.

Ver video

@amparozurriaga4574

Muy buenas mi querida señora, me encanta el guacamole. Yo lo como con poco picante por mi estómago, pero me encanta, muy buena receta feliz fin de semana saludos

@nautilus2607

Amo el guacamole!... pero no sabía que llevaba tantos ingredientes, por lo visto el que yo hacía era muy pobre jajajaja, ahora voy a intentar hacerlo con su receta! Gracias por compartir.

@carlaportocarrero6464

Hola! Acabo de encontrar esta receta, porque quería

preparar un guacamole diferente, y me quedo de-li-cio-
so! 🗑️ 🗑️ Gracias nuevamente por todas sus recetas.
Bais 🗑️

@CocinaInternacional

Su manera de prepararlo es estupenda! se ve exquisito
🗑️ 🗑️ 🗑️