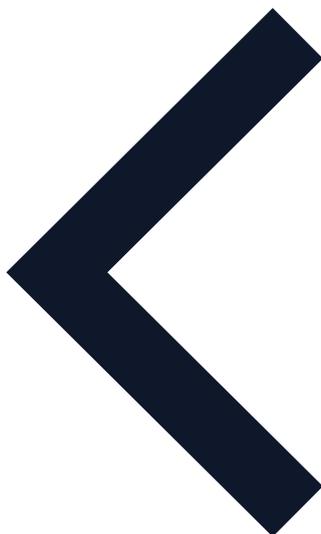


Guisados

RECETAS – GUISADOS



Guisados

ZANAHORIA

4 de agosto de 2023 Tacos sencillos y deliciosos, elaborados con zanahoria y cebolla fileteada, horneados para evitar la grasa y servidos con salsa verde de aguacate, crema vegana más

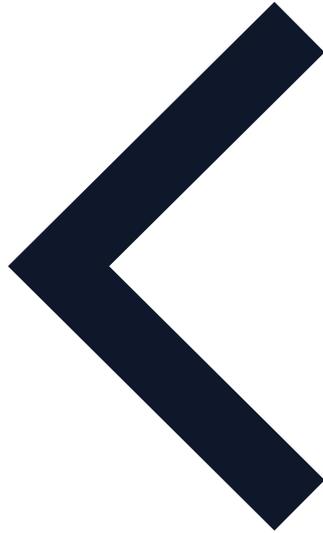
TACOS DORADOS DE

Guisados

TEXTURIZADA

31 de julio de 2023 Te enseñamos a preparar la soya texturizada para ser utilizada en cualquiera de los guisos que se pueden hacer con ella. De este modo, podrá más

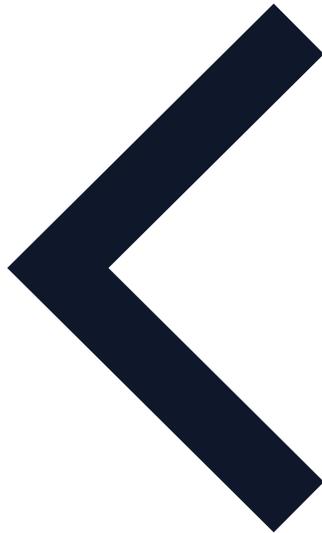
¿CÓMO PREPARAR SOYA



Guisados

FALAFEL27 de julio de

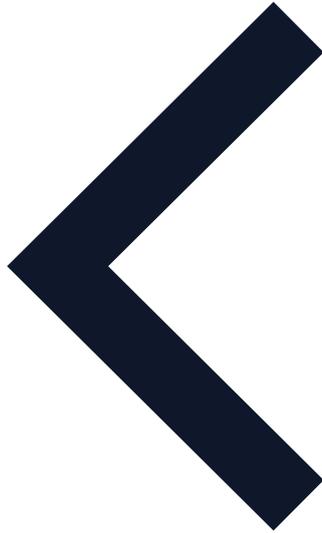
2023Es una croqueta de garbanzos. Suele consumirse en Oriente Medio, y en los últimos años se ha dado a conocer en occidente gracias a más



Guisados

SETAS CON NOPALES EN

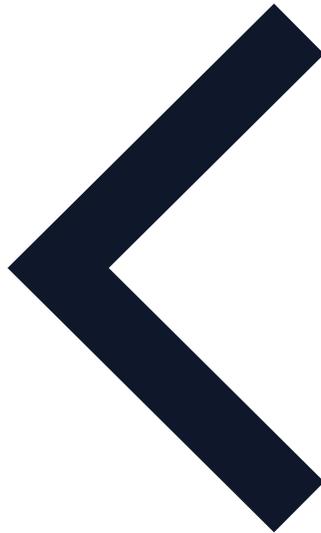
SALSA GUAJILL026 de julio de 2023iUn guiso delicioso y nutritivo, con una explosión de sabor! INGREDIENTES PORCIÓN: 4 Personas – 1 papa grande – Un trozo de cebolla – más



Guisados

ARROZ INTEGRAL20 de

julio de 2023El secreto para preparar un buen Arroz Integral, es la cantidad de agua que utilizemos. INGREDIENTES PORCIÓN: 4 Personas- 1 diente de ajo- Cebolla- más



Desayunos

QUESADILLAS DE PAPA

CON CHAMPIÑONES19 de julio de 2023Deliciosas quesadillas para un rico antojo o un almuerzo muy nutritivo. INGREDIENTES PORCIÓN: 10 Quesadillas- 2 chiles serranos- Hojas de epazote- Champiñones- Aceite- Queso más