

Revolu Green!

Mediterráneamente cocinado



RECETAS PARA ESTAS FIESTAS

REVOLU-PRODUCTOS 100% VEGETAL

BETTER FOR



THE PLANET
YOUR HEALTH
YOUR SOUL

*Feliz
Navidad*





MILHOJAS DE BURGER "CHICKEN STYLE" Y CALABAZA **Burger Vegetal Chicken Style**

WELLINGTON VEGANO **Bocados Vegetales**

TULIPAS DE BOCADOS CON BRÓCOLI Y PIÑONES **Bocados Vegetales**

SAQUITOS DE BOCADOS CON SETAS Y NUECES **Bocados Vegetales**

SOPA DE GALETS **Albóndigas Vegetales con Tomate**

NOODLES CON MANGO Y ALMENDRAS **Noodles con Tiras al Curry**



1. MILHOJAS DE BURGER "CHICKEN STYLE" Y CALABAZA



Ingredientes: (para 4 personas)

2 bandejas Burger Chicken Style

1 cebolla

1 calabaza

3 patatas

2 remolachas cocidas

Pipas de calabaza

Aceite de oliva virgen

Aceite de trufa

Bebida vegetal

Sal y pimienta



Preparación:

Cortar la calabaza por la mitad, quitar las pepitas y colocarla en una fuente de horno. Echarle un poco de aceite de oliva por encima y hornear a 200 °C unos 45 min o hasta que esté tierna. Dejar templar un poco, quitarle la piel, machacarla hasta formar un

puré y salpimentar. Reservar. Cocer las patatas con piel en agua con sal hasta que estén tiernas. Pelarlas, añadirles sal, pimienta, un chorrito de aceite de trufa, un poco de bebida vegetal y machacarlas hasta formar un puré. Reservar.

Cortar la remolacha en cuadraditos pequeños. Reservar. Trocear la cebolla en cuadraditos y sofreír en una sartén con aceite de oliva hasta que esté caramelizada.

Picar las burgers en trocitos pequeños y añadir a la cebolla, rehogándolo todo junto.

Montar el plato con un aro de emplatar. Poner una capa de puré de patata, otra de calabaza, la burger, más calabaza y terminar con la remolacha y las pipas de calabaza.





2. WELLINGTON VEGANO



Ingredientes: (para 4 personas)

- 8 hojas de pasta filo
- 2 paquetes de Bocados vegetales**
- 1 puerro
- 1 cebolleta
- 300 g champiñón portobello
- 1 cucharada de harina
- 50 g de nueces pecanas
- 50 g de pasas
- 1 chupito de Oporto o Pedro Ximénez
- Sal y pimienta, aceite de oliva



Preparación:

Picar las nueces en trozos grandes y reservar. Poner las pasas en un bol con agua caliente y dejar que se vayan hidratando. Picar el puerro y la cebolleta y poner en una sartén con un buen chorretón de aceite. Mientras se hace la verdura, limpiar y picar los champiñones. Añadir a la sartén y cocinar unos 10 min. Incorporar el Oporto y dejar otros 5 min. Echar la harina y mezclar bien. Añadir las nueces, las pasas escurridas y los bocados, mezclar todo bien y retirar del fuego. Encender el horno a 200 °C. Extender una hoja de pasta filo y pintar con aceite. Colocar otra encima y repetir la operación, hasta completar las 8 capas. Repartir el relleno en el lado largo de la hoja dejando unos cm de cada lado para poder cerrar el rollo. Doblar los extremos laterales libres hacia el centro y enrollar formando un rulo. Colocar en una fuente de horno sobre un papel con el cierre hacia abajo. Pintar con aceite toda la superficie del rulo. Hornear 30 a 35 min hasta que esté dorado. Servir caliente cortado en rodajas.





3. TULIPAS DE BOCADOS CON BRÓCOLI Y PIÑONES



Ingredientes: (para 4 personas)

Bocados vegetales

8 obleas de empanadillas veganas

1 cebolla roja

1 brócoli

Un puñado de piñones

Un puñado de pasas

Aceite de oliva

Sal y pimienta



Preparación:

Encender el horno a 200 °C.

Para hacer las tulipas, dar la vuelta a un molde de magdalenas y pincelar la parte de atrás con aceite. Colocar una oblea de empanadilla sobre cada saliente y darle forma suavemente. Hornear unos 7 min hasta que estén doradas. Dejar enfriar y reservar.

Cocinar el brócoli al vapor, dejándolo "al dente". Trocear y reservar.

Picar la cebolla y ponerla en una sartén con aceite de oliva. Trocear los bocados. Cuando esté la cebolla dorada añadir los bocados, los piñones y las pasas, y saltear todo junto. Incorporar el brócoli y mezclar. Rellenar las tulipas y servir.





4. SAQUITOS DE BOCADOS CON SETAS Y NUECES



Ingredientes:

(para 4 personas)

2 bandejas de Bocados vegetales

8 láminas de pasta brick

Una cebolla dulce

2 dientes de ajo

1 bandeja de setas variadas

Puñado de nueces peladas y picadas

Un chorrito de Moscatel

Tiras de verde de puerro

Tomillo fresco

Aceite de oliva

Sal y pimienta



Preparación:

Picar la cebolla, ponerla en una sartén con aceite de oliva y dorar. Trocear las setas y añadir a la sartén.

Cuando las setas estén casi hechas añadir el ajo picado y rehogar. Incorporar los bocados troceados, las nueces y el moscatel, cocinar hasta que se evapore el líquido.

Encender el horno a 200 °C.

Poner un poco de la mezcla en el centro de una lámina de pastas brick y formar un saquito atándolo con unas tiras de verde de puerro. Hornear unos 7 min hasta que estén dorados. Servir calientes.



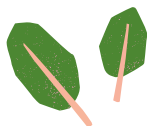
5. SOPA DE GALETS



Ingredientes: (para 4 personas)

Albóndigas con tomate

2 puerros
2 zanahorias
1 nabo
Unas hojas de berza
1 rama de apio
1 cebolla
1 litro de agua
Galets



Preparación:

Poner en una cazuela todas las verduras limpias y peladas con el agua y cocinar 1 hora. Colar el caldo y reservar (las verduras podemos guardarlas para hacer un puré).

Rellenar los galets con las albóndigas, de modo que queden apretadas.

Colocar los galets rellenos en la cazuela con el caldo y cocer unos 10 min. Servir calientes.





6. NOODLES CON MANGO Y ALMENDRAS



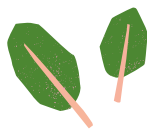
Ingredientes:
(para 4 personas)

Noodles

1 remolacha cocida

Un puñado de almendras

Medio vasito de nata vegetal



Preparación:

Cortar el mango y la remolacha en cuadraditos.
Trocear las almendras.

Calentar los noodles en una sartén con la nata.
Añadir el mango, la remolacha y las nueces.
Servir.



Revolu Green!

Mediterráneamente cocinado

www.revolugreen.es

