



COLIFLOR BIO GRATINADA CON ZANAHORIA BABY Y CASTAÑAS

Ingredientes

1 coliflor bio Actiture

8 zanahorias baby

200 gr de castañas

Aceite de Oliva

Curry

Ajo en polvo

Pimentón

Sal

Preparación

1. Cortamos la coliflor bio Actiture en floretes y lavamos bien las zanahoria baby.
2. Ponemos agua a hervir en una olla y añadimos las zanahorias durante 5 minutos. Añadimos una pizca de sal y los floretes de coliflor. Dejamos todo durante 3 minutos más, escurrimos bien y reservamos.
3. Hacemos un corte en forma de cruz a cada castaña y las ponemos en una cazuela cubiertas de agua fría y cocemos durante 5 minutos a fuego fuerte. Las pasamos a un cuenco con agua fría y las pelamos.
4. En un bol añadimos un buen chorro de aceite, el curry, el ajo en polvo, el pimentón, una pizca de sal y mezclamos bien. Añadimos la coliflor bio y las zanahorias que habíamos reservado y removemos para que se impregnen bien con la mezcla.
5. Precalentamos el horno a 200°. Forramos una bandeja con papel de horno y disponemos en ella la coliflor bio y las zanahorias con la mezcla de especias. Distribuimos también las castañas peladas por la bandeja y dejamos que se hornee durante 20 minutos.
6. Apagamos el horno y lo dejamos 10 minutos más para aprovechar el calor residual...¡Y listo! Ya podemos disfrutar de esta receta tan original y saludable que seguro que os sorprenderá.