



TABULÉ DE COLIFLOR BIO

Ingredientes

1 coliflor bio Actiture	Sal
1 granada	Pimienta
Pistachos	Perejil fresco
Piñones	Menta fresca
Arándanos deshidratados	Aceite de Oliva
Zumo de 1 limón	

Preparación

1. Lavamos la coliflor bio Actiture y la secamos bien. Después la rallamos con un rallador de mano o con un procesador de alimentos y la añadimos a una fuente.
2. Desgranamos una granada.
3. En una sartén tostamos los pistachos pelados y los piñones.
4. Añadimos a la fuente de la coliflor bio los pistachos, los piñones, los granos de granada y los arándanos deshidratados.
5. Aderezamos con el zumo de limón, aceite de oliva, menta, perejil, sal y pimienta al gusto.
6. Mezclamos muy bien y añadimos más aderezo si fuera necesario.
7. Dejamos macerar media hora antes de servir... ¡Y listo! Ya podemos disfrutar de esta deliciosa receta de tabulé de coliflor bio 100% vegana, saludable y nutritiva.