

Latkes de Papa y Zanahoria

con Ensalada de Nuez con Manzana y Crema Suave de Wasabi

holaveggie



🕒 35 minutos

📊 Fácil

🏷️ Picante (wasabi)

🏷️ Sabores Mediterráneos

Los latkes es una comida tradicional de la gastronomía judía, muy típica de Israel. Hay muchas variantes, pueden ser de papa y cebolla o papa y otros vegetales. Nuestra versión de latkes de papa crujientes se combinan con una ensalada fresca de manzana y nueces y crema con un toque de wasabi picante.

Contiene: Gluten • Frutos Secos • **Ingrediente picante (wasabi)**

Producido en instalaciones que que procesan nueces, sésamo, maní, trigo, lácteos y soja.

Ingredientes en la caja



papa

285 gr



zanahorias

170 gr



cebolla de verdeo

3 un



no huevo Tomorrow Foods

1 un



harina

¼ taza



manzana

1 un



nueces

¼ taza



canela molida

¼ cdita



crema

½ taza



wasabi en polvo

½ cdita

Ingredientes en casa

- ✓ Sal
- ✓ Aceite de Oliva
- ✓ Pimienta
- ✓ Aceite de Sésamo

Utensilios

- ✓ Bowls
- ✓ Sartén

Nutrición por porción: Calorías 620 kcal, Grasas 34 g, Carbohidratos 69 g, Proteínas 16 g

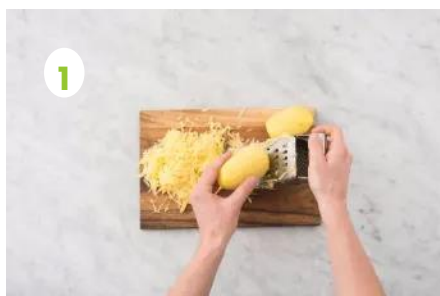
Cocinando para
4

Ingredientes listados para 2 porciones - si estás preparando 4 porciones, recibirás el doble de ingredientes. Las indicaciones para 4 porciones están expresadas entre paréntesis en el paso a paso de la receta.

Comé más plantas. 🌱

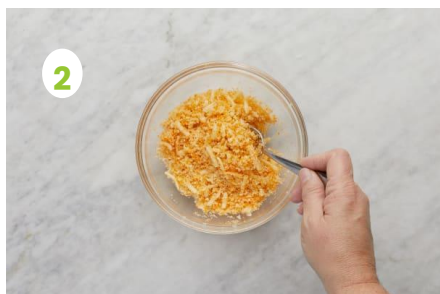
Latkes de Papa y Zanahoria

con Ensalada de Nuez con Manzana y Crema Suave de Wasabi



1 – PREPARÁ LOS INGREDIENTES

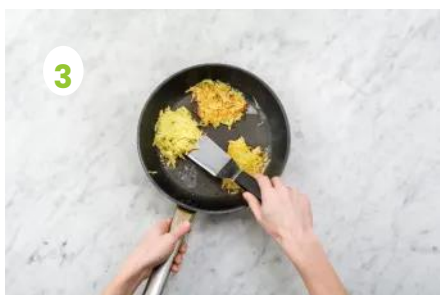
- Precalentá el horno a 120°C.
- Lavá y secá los productos frescos.
- Refregá bien las **papas**.
- Pelá la **zanahoria**.
- Rallá la **papa** y la **zanahoria** usando los orificios grandes de un rallador de caja.
- Desechá la raíz de la **cebolla de verdeo** y cortala en rodajas finas en diagonal, manteniendo separadas las partes claras de las oscuras. Reservá las partes oscuras para decorar.



Si estás cocinando el plan de 4 porciones, seguí las indicaciones que están entre paréntesis en cada paso, y usá bowls, ollas y sartenes más grandes de ser necesario.

2 – HACÉ LOS LATKES

- En un bowl grande, mezclá el **no huevo de tomorrow foods** con 40 (80) gr de agua fría *-para que tengas como referencia, cada cucharada sopera contiene 15 ml de agua -* y batí bien hasta que se integre.
- En el recipiente con el no huevo, agregá la **papa**, la **zanahoria**, la **harina** y las **partes claras de la cebolla de verdeo**. Sazoná generosamente con sal y pimienta y mezclá bien. Usando tus manos, formá unas 6-8 (12-16) buñuelos de ½ centímetro de grosor: estos son tus **latkes**.

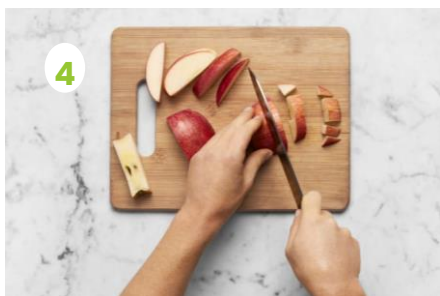


3 – COCINÁ LOS LATKES

- En una sartén grande a fuego medio, calentá 3 (6) cucharadas de aceite hasta que esté caliente pero sin humear. Trabajando en tandas, agregá los **latkes** y cocinalos, volteándolos una vez, hasta que estén crujientes y dorados por fuera y tiernos por dentro, de 4 a 6 minutos por lado.

TIP: agregá más aceite entre cada tanda si es necesario.

- Transferí los **latkes** a una bandeja o plato con un papel de cocina y mantenelos calientes en el horno.



4 – PREPARÁ LA ENSALADA Y LA CREMA


- Descorazoná y cortá en rodajas finas la **manzana**.
- Picá las **nueces** en pedazos grandes si es necesario.
- En un bowl mediano, mezclá la **manzana**, las **nueces** y la **canela**; sazoná a gusto con sal y pimienta.
- En un bowl pequeño, mezclá la **crema** y la cantidad de **wasabi en polvo** que deseés. Sazoná a gusto con sal.



5 – SERVÍ Y DISFRUTÁ

- Transferí la **ensalada de manzana y nueces** y los **latkes** a platos. Finalizá con la **crema suave de wasabi** y las **partes verdes de la cebolla de verdeo** y serví. ¡A comeeeeeer!

Esparcí el amor, compartí la comida

 holaveggiear

