VEGGIES

Receta de hamburguesa vegetariana con desmechado y BBQ

0 comentarios

15 minutos | 2 porciones

Calorías	Grasa	Proteína
430	19 g	21 g

¿Deseas conocer una receta saludable y única de Hamburguesa vegetariana?

Ingredientes

- Veggie Desmechado Pietrán — 100g Veggie Desmechado Pietrán
- 4 panes pequeños para veganos
- 4 cdas de salsa Bbq baja en grasa
- 2 cdas untable de almendras (imitación queso crema)
- 8 hojas pequeñas de espinaca
- 8 tajadas de aguacate Hass
- 1/4 taza de cebolla morada partida en pluma
- Cda de vinagre
- Sal y pimienta al gusto

Preparación

Encuentra aquí el paso a paso

Si eres una persona que cuida de su salud o eres vegetariano y quieres reemplazar las carnes por preparaciones apetitosas con proteína 100% vegetal, esta hamburguesa vegetariana es para ti, sus ingredientes base están pensados para cuidar de tu salud con Veggie Desmechado Pietrán a base de trigo y proteína vegetal y algo importante que debes de saber, es avalado por la Fundación Colombiana del Corazón.

Cómo preparar hamburguesas vegetarianas BBQ con Veggie Desmechado Pietrán, paso a paso:

- Parte los panes a la mitad.
- En una sartén calienta el Veggie desmechado y adiciona la salsa BBQ.
- En un recipiente mezcla la cebolla con un poco de vinagre.
- A cada mitad de pan unta un poco del untable de almendras, encima dos hojas de espinacas, luego dos tajadas de aguacate, después desmechado con BBQ, cebolla y por último la otra mitad del pan.
- Esta es una deliciosa receta saludable de proteína 100% vegetal y libre de conservantes.

Compra tus productos a un clic

También puedes encontrarnos en tiendas, minimercados y autoservicios.

En Pietrán te acompañamos día a día en tu estilo de vida saludable, con diferentes alternativas que te aportan a una alimentación balanceada, y puedas disfrutar el placer de cuidarte.