



FRIJOL NEGRO ORGANICO 1 KG CAMPO VIVO

BENEFICIOS:

Fuente de fibra y de proteina antioxidante

MODO DE EMPLEO:

Con 500 G de frijol negro organico campo vivo 1 diente de ajo organico campo vivo 12 limon organico campo vivo 6 aceitunas negras 12 cucharada de sal 1 cucharada de tahini 12 cucharada de comino 14 de paprika Cocer los frijoles en olla express y reservar el caldo licuar el ajo con 2 cucharadas de caldo anadir los frijoles el tahini las especias y el jugo de limon en la licuadora Agregar un poco de caldo para obtener una consistencia hummus Servir con aceitunas negras picadas por encima

INGREDIENTES:

Frijol negro

RESTRICCIONES:

Ninguna

\$100.90MN