



CALABAZA "FRITA"

PREPARACIÓN:

1- Añadir los dientes de ajo, la sal y triturar 3 seg/vel 4., incorporar el aceite y sofreír 4 min/varoma /vel 1
2- Añadir la calabaza cortada en tacos y triturar 5 seg/vel 5.

Ingredientes:

- 700 g de calabaza.
- 50 g de aceite de oliva.
- 2 dientes de ajo.
- 15 g de vinagre.
- Orégano.
- Sal

3- Poner la mariposa para que mezcle mejor, añadir la sal, el vinagre y el orégano. Programar 30 min/Varoma/vel 2.

¡A comer!

Sugerencia: Se puede aprovechar el vapor y cocinar en la Varoma pollo, huevos o pescado envuelto en film transparente para no mezclar jugos.