

ENTRADAS

CANAPÉS, HUMMUS DE ZANAHORIA, TAPENADE, MAYO CASERA Y PASTA DE TOMATES



Ingredientes

- 3 zanahorias
- Aceite de oliva, cantidad necesaria
- Sal a gusto
- Pimienta a gusto
- 1 cucharada de miel
- 1 taza de garbanzos cocidos
- 1 diente de ajo
- Jugo de ½ limón
- ¼ taza de aceite de oliva
- 1 cucharada de tahine o pasta de sésamo
- ½ taza de aceitunas verdes
- ½ taza de aceitunas negras
- ⅓ taza de almendras
- 1 cebollín con la parte verde
- ⅓ taza de cilantro
- 1 huevo
- 1 taza de aceite neutro
- 1 cucharadita de mostaza
- Jugo de ½ limón
- ⅓ taza de tomates deshidratados conservados en aceite de oliva
- 200 g de queso crema
- ½ taza de nueces picadas
- Pan de molde, cantidad necesaria

Preparación

- Para el hummus, corta las zanahorias en trozos grandes. Colócalas en una bandeja, agrega aceite de oliva, sal, pimienta y miel. Hornea a 250 °C hasta que estén doradas.



- Procesa las zanahorias asadas con los garbanzos, ajo, jugo de $\frac{1}{2}$ limón, sal, pimienta, $\frac{1}{4}$ de taza de aceite de oliva y tahine. Coloca el hummus en una manga pastelera. Puedes reservarlo en el refrigerador desde el día anterior.
- Para la tapenade, coloca en la procesadora las aceitunas verdes y negras, almendras, cebollín, cilantro, sal, pimienta y aceite de oliva.
- Procesa hasta obtener una pasta y reserva en el refrigerador con plástico a contacto. Puedes prepararla el día anterior.
- Para la mayonesa casera, coloca en un frasco el huevo, aceite neutro, mostaza, jugo de $\frac{1}{2}$ limón, sal y pimienta. Procesa hasta formar una mayonesa y reserva refrigerada con plástico a contacto. Puedes hacerla el día anterior.
- Para la pasta de tomates, pica los tomates deshidratados y mézclalos con el queso crema y las nueces picadas. Prueba y ajusta sal y pimienta si es necesario. Reserva refrigerada con plástico a contacto.
- Corta el pan de molde con un cortagalletas del tamaño que prefieras y utiliza las preparaciones como base o relleno para armar los canapés.

