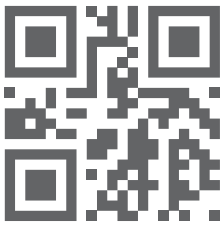




Universitat  
de les Illes Balears

#SOM  
UIB



SALUDABLE

# COLFLORI AMB RAÏM I FRUITA SECA

## Ingredients (2 pax)

- 1 colflori petita
- 2 o 3 singlons de raïm
- El suc d'una llima o de mitja llimona
- 1 grapat de pistatxos
- 1 grapat d'avellanes
- 1 pessic de sal
- 1 pessic de pebre bo



## Elaboració

Rentau i separau les flors de la colflori i els grans de raïm. Tallau-ho tot per la meitat (en cas que les flors de la colflori siguin molt grosses, podeu tallar-les a quarts).

Pelau els pistatxos.

Mesclau tots els ingredients en una safata, sucrau-hi la llima i trempau-ho amb sal i una mica de pebre bo.

Enfornau-ho tot uns 10-15 minuts.

Es pot consumir com a plat únic o bé com a acompanyament.

#DillunsSenseCarn

MÉS INFORMACIÓ  
<ousis.uib.cat>

PÀGINES VERDES UIB

Vicerectorat  
de Campus, Cooperació  
i Universitat Saludable

