

La Receta

Aderezo de ajo y cilantro

Ingredientes

1 taza de anacardos remojados
3 dientes de ajo (asados)
3 cucharadas de levadura nutricional
1 Limón, ralladura y jugo
1 manojo de cilantro
2 cucharadas de vinagre (de elección)
Sal y pimienta para probar

Instrucciones

- Remoje los anacardos durante al menos una hora o toda la noche.
- Ralladura y jugo de limón.
- Agrega el ajo.
- Agrega el vinagre de sidra de manzana.
- Agrega levadura nutricional.
- Agrega el cilantro.
- Ajustar con agua o aquafaba para darle consistencia.
- Equilibra con sal y pimienta.

Consejo: Puede utilizar tofu tierno como sustituto de los anacardos

Recipe

Garlic cilantro sauce

Ingredients

1 cup soaked cashews
3 cloves garlic, (roasted)
3 tablespoons nutritional yeast
1 Lemon, zest and juice
1 bunch cilantro
2 tablespoons vinegar (of choice)
Salt and pepper to taste

Instructions

- Soak cashews for at least an hour to overnight.
- Zest and juice lemon.
- Add garlic.
- Add the apple cider vinegar.
- Add nutritional yeast.
- Add cilantro.
- Adjust with water or aquafaba for consistency.
- Balance with salt and pepper.

Tip: can use soft tofu as substitute for cashews.