PRIMAVERA
VERANO
NUECES: IDEALES PARA TODAS LAS ESTACIONES
Las nueces son un alimento fantástico para consumir como snack saludable o en numerosas recetas durante todo el año. Puedes encontrarlas en tu supermercado en cualquier época y gracias a su versatilidad, aroma suave y sabor dulce, encajan perfectamente en tus platos.
Encuentra estas recetas y muchas más en nuecesdecalifornia.com
California WALNUTS
INVIERNO
OTOÑO

PRIMAVERA
Tarta de frambuesa y nueces
Granola de trigo serraceno, cerezas y nueces con yogur e higos
Pechuga de pollo asado con tomate y nueces
Lomo de atún a la plancha con vinagreta de nueces, ajo y perejil
Jamón caramelizado con nueces
Cazuelita de pasta con tomate asado y albóndigas de nueces y mozzarella
Paella de conejo y nueces
Torrijas de nueces
Cazuelita de patata, puerros y nueces
Hummus con palitos integrales de nueces
Puerros a la vinagreta con nueces
Batido energético de fresas y nueces
Pastelitos de chocolate y nueces
Ensalada de canónigos, berros y achicoria con bocaditos de queso de cabra y nueces
Pollo glaseado con cuscús de nueces y granada
Langostinos con nueces a la naranja, espaguetis de calabacín y tomate cherry
Cordero asado con salsa de nueces
Macarrones con sofrito de tomate, pimiento, atún y nueces
Bol de cordero con piña, arroz y nueces al curry
Baguette de zanahoria y nueces
Sopa de patata con cruijiente de pan, nueces e higos
Alubias estofadas con nueces
Crema de alcachofas con vieiras y nueces
Compota de manzana con nueces
INVIERNO
Tarta de calabaza y nueces
Dip de manzanas con yogur griego, caramelo y nueces
Pavo relleno de nueces y fruta glaseada con miel
Fingers de pescado con nueces y salsa tártara
Filete de ternera con costra de nueces y patatas de calabaza
Raviolis de mozzarella, albahaca y nueces
Risotto con pollo, manzana y nueces
Pan integral con mantequilla de nueces y aceitunas
Boniatos rellenos de arándanos y nueces
Hamburguesas de lentejas con pesto de nueces
Calabaza rellena de cuscús con nueces
Cremoso de chocolate con nueces y salsa de mandarina
OTOÑO
Helado de arándanos con granola de nueces
Frasco de chía, higo, nueces y frutos rojos
Wraps de papel de arroz con pollo, aguacate y nueces
Salmón marinado con ensalada de col y nueces
Ensalada de pasta con mayonesa de nueces y bistec
Fideuá con nueces
Arroz salvaje con nueces y arándanos secos
Pan de nueces sin gluten con mantequilla de curry y nueces
Gnocchi de nueces con espinacas
Ensalada de garbanzos, verduras y nueces
Ensalada mediterránea con nueces especiadas
Smoothie bol de aguacate, kiwi, fresas y nueces
VERANO
Frutas
Vegetales
Farináceos
Proteinas animales
Lácteos
Dulces
Ave
Pescado y mariscos
Carne
Pasta
Arroz
Pan
Tubérculos
Legumbres