



# Poke Bowl con chips de batata dulce



Categoría  
Saladas



Tempo de preparação  
Selecione



Dificuldade  
Médio



Custo  
Selecione



Com quem?  
Por ti mesmo



Nº de pessoas  
4 pessoas

## Ingredientes

100ml Gallo Aceite Clássico

25ml Gallo Vinagre Balsâmico de Módena

- 200g batata dulce frita
- 400g atún fresco
- 400g arroz cocido
- 250g calabaza
- 1 pepino
- 1 zanahoria
- 1 calabacín
- 1 aguacete
- 50g anacardo
- QB sal, pimienta y semillas de sésamo

## Modo de preparación

1

Comience por cortar la calabaza en pequeños cuadros, condimentado con sal, pimienta, Gallo Aceite Virgen Extra y Gallo Vinagre Balsâmico de Modena, y lleve al horno durante 25 minutos a 180°C.

2

Al mismo tiempo, vaya preparando los chips de batata dulce (vea abajo el paso-a-paso).

3

Mientras tanto, utilice un espiralizador para hacer espagueti del pepino y del calabacín, reservando.

4

Rebane la zanahoria y el aguacate.

5

En un recipiente, coloque el arroz, por encima el atún cortado en cuadritos, las legumbres alternadas y los chips de batata dulce.

6

Finalice con anacardos por encima y rocié todo con Gallo Aceite Virgen Extra.

## Produtos utilizados



*Clássico*

Aceite de Oliva Virgem Extra



*Balsâmico de Módena*

Vinagre Premium

## Veja também

---

Vegetariano Rápido Fácil

*Quinoa com abóbora, espinafres e romã*

---

Vegetariano Médio Fácil

*Pizza de cogumelos e trufas*

---

Vegetariano Médio Fácil

*Tofu picante com alga nori*

---

Vegetariano Médio Fácil

*Falafel*

---

Vegetariano Médio Fácil

*Hummus com azeitonas e queijo de cabra*

---



Mais receitas em

[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide