

NABOS GLASEADOS CON MISO

Ingredientes

- 2 nabos blancos
- 1 taza de caldo vegetal
- 1 cdta de miso
- 1 cdta de azúcar
- 2 dientes de ajo
- 2 cdas de semillas de girasol
- 1 cdta de comino en polvo
- 1 cdta de romero
- 1 cdta de aceite de oliva
- una pizca de pimienta negra
- 1/2 cdta de sal

NOTA:

En este plato las especias y la pasta de miso son los ingredientes clave que aportan el sabor y aroma, las pipas de girasol añaden una textura crujiente y el azúcar suaviza el amargor de los nabos. Como el resultado, los nabos quedan sabrosos, tiernos y jugosos.

Preparación

1. Pelamos los nabos y los cortamos en bastones gruesos o gajos.
2. Diluimos el miso en el caldo.
3. Calentamos una sartén con un poco de aceite y salteamos los nabos y los ajos hasta que se doren.
4. Añadimos todas las especias el azúcar, las pipas de girasol y el caldo a la sartén. Llevamos el caldo a ebullición, reducimos el fuego y dejamos los nabos cocinarse hasta que el caldo se reduzca dejando una rica salsa en el fondo.

[HTTPS://VDEVEGETARIANISMO.BLOGSPOT.COM](https://vdevegetarianismo.blogspot.com)