



## PATÉ DE AGUACATE Y ALGAS CON CRACKERS DE SARRACENO

### Ingredientes

#### PARA EL PATÉ

- 1 aguacate grande
- Alga dulce o la que más te guste
- El zumo de  $\frac{1}{2}$  limón
- 2 cucharadas de aceite de oliva
- 1 cucharadita de sal

#### PARA LOS CRACKERS

- 200 g de trigo sarraceno
- 200 g de pipas de girasol
- 1 cucharadita de sal
- 1 cucharadita de cúrcuma
- 60 ml de aceite de oliva virgen extra
- 40 ml de agua

### Preparación

1. Remoja las algas en agua durante 1 minuto. Haz un puré con el aguacate y agrégale el resto de los ingredientes. Guarda esta preparación, "el paté", en la nevera.
2. Remoja en agua, por separado, el trigo sarraceno y las pipas de girasol entre 3 y 8 horas.
3. Cuela y lava el trigo y las pipas, y tritúralos con el resto de los ingredientes para elaborar la masa de los crackers.
4. Extiende esa masa en las bandejas del deshidratador y déjalas a 42 °C durante unas 8 horas. Dales la vuelta y mantenlas en el deshidratador unas 2 horas más o hasta que estén crujientes.

[FUENTE: HTTPS://CUERPOMENTE.COM/](https://cuerpomentre.com/)

[WWW.VALLEYVEGA.ORG](http://WWW.VALLEYVEGA.ORG)

COOPERATIVA AGROECOLÓGICA DE GRANADA