

LOS SABORES DEL A TU CASA....

PLATO FALAFEL CASERO CON ESPINACAS

10,50 €



DESCRIPCIÓN

Falafel casero con espinacas (SIN GLUTEN), hummus casero, zumaque, **cuscús** con verduras y perejil, lechuga iceberg, tomate, pepino, acelunas, cebolla morada, salsa harissa, **pan**.

Versión **SIN GLUTEN**: con patatas y crackers SG con romero.

INFO

El faláfel o falafel es un plato muy popular de Oriente Medio. Es una croqueta hecha a base de garbanzos o habas y se suele comer como parte de un plato variado de entrantes (meze) o como elemento de una ensalada fresca y acompañado de una salsa. En MUNDO hacemos nuestro falafel a base de garbanzos y le añadimos espinacas ¡simplemente porque nos encantan!

MODO DE PREPARACIÓN

La preferencia MUNDO: Calentar la comida dentro del envase de aluminio. Quitar la tapa de cartón y tapa bien con papel de aluminio. Calentar durante 20-25 minutos en un **horno convencional a 200°**.

Microondas: Pasarlo a un recipiente apto para microondas. **No dejarlo nunca en el envase de aluminio**. Tapar bien con un film transparente apto para microondas pinchándolo un par de veces. Calentar durante 4-5 minutos a 750 W.


CONSEJOS "MUNDIALES"

- **Siempre** tapar los alimentos a calentar, tanto si usas microondas o horno convencional para evitar que los alimentos se sequen.
- Solo calentar el falafel de espinacas y el cuscús. El resto de ingredientes va en frío.
- Es necesario conservar el plato en el frigorífico hasta el momento de calentarlo. **Debe de consumirse en un plazo máximo de 24 horas.**



*"Qué aproveche"
"On egin"*



RESERVAR: 685 430742 

Información sobre nuestra oferta de platos individuales, platos familiares, precios, modo de pedir & pagar y condiciones de entrega: **ver nuestra página web www.mundo-estella.com**

BAR DE COMIDAS MUNDO, La Rúa, 6, Estella-Lizarra