¿Sabías que los aperitivos elaborados con alimentos frescos y variados mejoran la calidad nutricional de las comidas festivas?

APERITIVOS NAVIDEÑOS

saludables, deliciosos y perfectos para compartir

boyma CATERING

CESNUT NUTRICIÓN
Consultoría Nutricional



I. Rodajas de boniato asado con ricotta y granada



2. Tartar de remolacha, manzana y nueces



3. Bolitas de queso fresco cremoso recubiertas de semillas y frutos secos picados



4. Cestas de escarola, naranja y almendras tostadas picadas



5. Discos de polenta dorados al horno con salsa de setas y un toque de tomillo



6. Chips de manzana con canela



7. Bocaditos de coliflor y queso parmesano



8. Tacita de crema de calabaza y jengibre con semillas de calabaza



9. Zanahorias asadas con salsa de yogur y tahini



IO. Mini hamburguesas de lentejas con aguacate, cebolla, tomate y brotes tiernos

Fuentes: Cesnut y recetas adaptadas de diferentes fuentes culinarias.