

BOCADITOS PEGAJOSOS DE COLIFLOR

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de cocción: 30 minutos

Salen de 4 a 6 porciones

Ingredientes

- 1 cabeza de coliflor pequeña
- 1 cucharadas de maicena
- 2 cucharadas de agua
- 1/4 taza de salsa soya baja en sodio
- 2 cucharadas de jarabe de arce puro o miel cruda
- 2 cucharadas de vinagre de arroz
- 1/2 cucharadita de ajo en polvo
- 2 cucharadas de aceite de sésamo tostado, cantidad dividida
- 1/4 cucharadita de jengibre en polvo
- 1/4 cucharadita de pimienta de cayena



Instrucciones:

1. Precalentar el horno a 450 F (232 C) y cubrir una bandeja para hornear grande con papel pergamino (es más fácil limpiar la bandeja si colocas el papel pergamino, yo no puse y me arrepentí de no hacerlo 😊).
2. Rocíar con una cucharada de aceite de sésamo y untarlo sobre toda la superficie de la bandeja para hornear.
3. Cortar la coliflor en trozos de 1 pulgada y extenderlos en la bandeja para hornear preparada (es mejor cortarlos un poco más grandes ya que seguirán rompiéndose mientras se revuelven).
4. Hornear durante 15 minutos. Mientras tanto, en un recipiente mediano agregar la maicena con el agua, mezclar hasta que estén completamente integrados.
5. Agregar todos los ingredientes restantes, mezclar hasta que todo esté bien combinado.
6. Una vez que los floretes llevan 15 minutos de horneado, retirarlos con cuidado del horno, verter la salsa sobre la coliflor y revolver para cubrirla, luego colocarlas uniformemente sin superponerse.

7. Hornear durante 12 minutos o hasta que esté dorado y pegajoso, revolverlos nuevamente a la mitad del tiempo de horneado para cubrirlos con la salsa.
8. Una vez listos sacarlos del horno, servirlos en un plato, espolvorear con semillas de sésamo, y listos para disfrutar y ser feliz.

www.unapizcadeluna.com