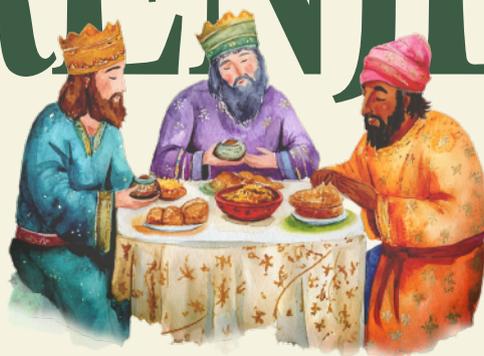


PASTEL DE BERENJENA



para transitar bien
por la calle

INGREDIENTES



Para el plato

600 gr de berenjenas

.

1 cebolla

.

2 zanahorias

.

3 ajos

.

10 gr albahaca

.

30 ml de aceite de oliva virgen extra

.

½ litro de salsa de tomate

.

20 ml de vino blanco

.

250 gr mozzarella vegana

.

75 gr parmesano vegano

EL PLATO



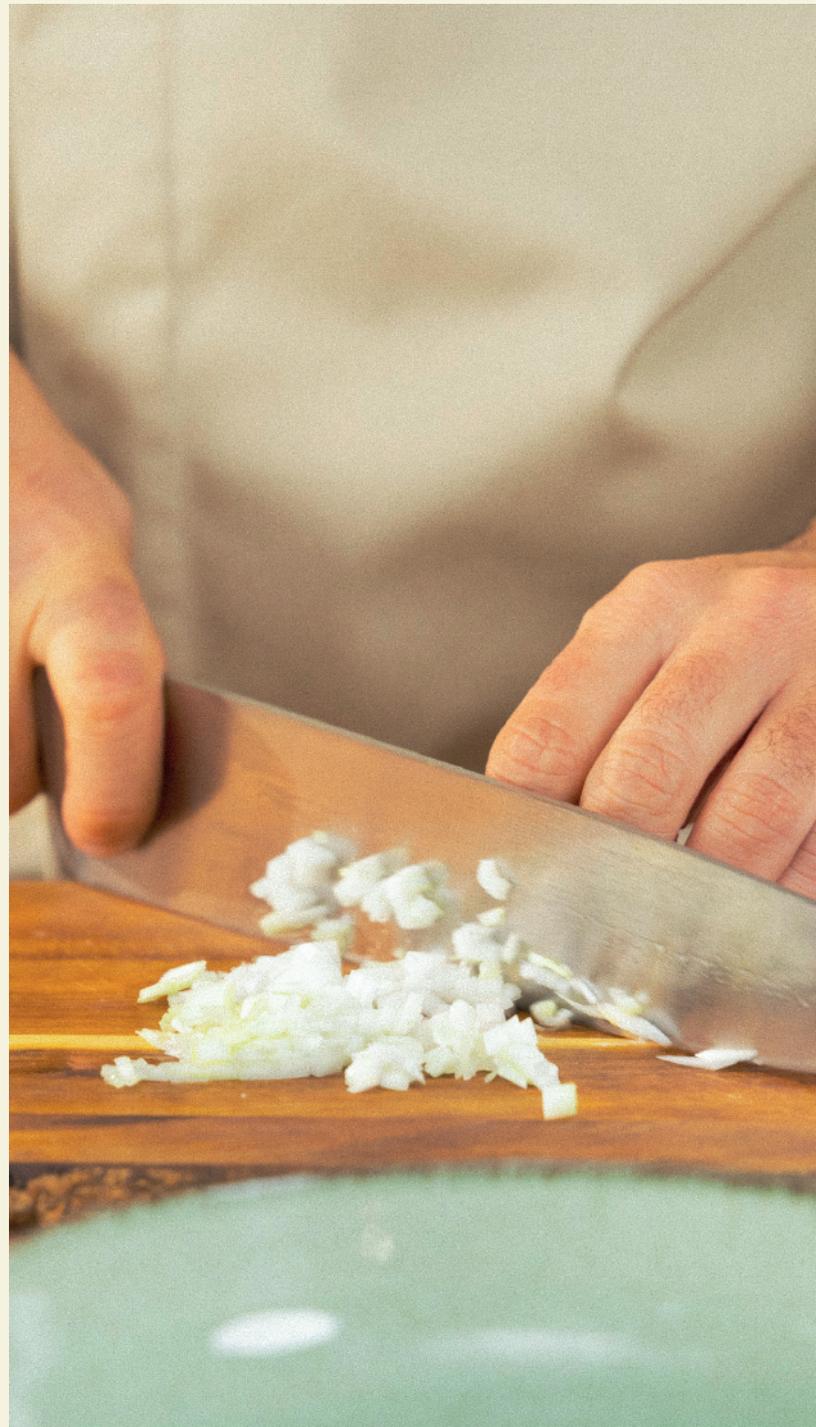
01

Para empezar esta receta, debes picar con cuidado la cebolla, el ajo y la zanahoria. Así como, cuando conduces, debes tener mucho cuidado con los más vulnerables de la vía, como ciclistas, personas de diversidad funcional, usuarios de patinetes, peatones, etc.

EL PLATO

02

Después, pon esos tres ingredientes en una sartén con aceite para pochar las hortalizas cortadas. Es importante que no te pases ni te quedes corto de aceite, y esto también es aplicable para tu vehículo.



EL PLATO



03

A continuación, añada a esta sartén tomate frito y hojas de albahaca picada, y reserva para más tarde.

¿Y sabes lo que también está reservado? Las plazas de aparcamiento personas con movilidad reducida. Recuerda respetarlas siempre que estés buscando aparcamiento.

EL PLATO

04

Llega el turno de las berenjenas y, para eso, debes cortarlas longitudinalmente y echarles sal. Después, pasa las berenjenas por una sartén y vigila que estén hechas por todos sus lados. También es necesario vigilar a ambos lados de la carretera cuando vayas a cruzar por una zona señalizada para ello.



EL PLATO



05

Para montar el pastel, coge una bandeja de horno ve colocando capas de salsa de tomate, berenjena y mozzarella vegana hasta completar la bandeja, siendo la última capa de tomate. Y ahora, añádele una buena cantidad de parmesano vegano, igual que debes añadir una buena cantidad de empatía y respeto a tu conducción.



06

Para terminar, introducimos la bandeja al horno a 180° durante 10 o 15 minutos. Ten cuidado y no te distraigas, es fácil que el pastel de berenjena se te queme. Y lo mismo decimos con las distracciones en la carretera, pueden convertirse en tu peor enemigo.

CONDUCIR **ES CONVIVIR**

