

Bienvenido al buffet cuántico: combina, mezcla y disfruta

<ul style="list-style-type: none">Verduras: Repollo salteado con zanahoria y ajoProteína: Lentejas rojasHidrato: Trigo sarracenoGrasa: Avellanas troceadasExtra: Curry suave y perejil	<ul style="list-style-type: none">Verduras: Calabaza, coliflor y espinacaProteína: Huevo pochadoHidrato: Boniato al hornoGrasa: Aceite de oliva + semillas de calabazaExtra: Pimienta negra y jengibre	<ul style="list-style-type: none">Verduras: Brócoli, pimiento rojo y cebollaProteína: Langostinos salteadosHidrato: Arroz integralGrasa: Aceite de sésamo o sésamo + olivaExtra: Salsa de soja ligera y jengibre
<ul style="list-style-type: none">Verduras: Espárragos, alcachofa y pimiento amarilloProteína: Dorada o lubinaHidrato: Patata blanca cocidaGrasa: Aceite de oliva + aceitunasExtra: Limón y perejil	<ul style="list-style-type: none">Verduras: Lechuga, canónigos, rúcula y zanahoriaProteína: Garbanzos y setasHidrato: Castañas asadasGrasa: Almendras laminadasExtra: Cúrcuma y comino	<ul style="list-style-type: none">Verduras: Brócoli, calabacín y cebolla al wokProteína: Gambas y calamarHidrato: Arroz integral salteadoGrasa: Aceite de oliva + semillas de girasolExtra: Jengibre y salsa de soja ligera
<ul style="list-style-type: none">Verduras: Kale, rabanitos y pepinoProteína: HummusHidrato: Pan de quinoa o trigo sarracenoGrasa: TahiniExtra: Comino, limón y perejil	<ul style="list-style-type: none">Verduras: Pisto de berenjena, calabacín y tomateProteína: BacalaoHidrato: Patata roja asadaGrasa: Aceite de olivaExtra: Ajo, perejil y pimentón	<ul style="list-style-type: none">Verduras: Espinacas y champiñones salteadosProteína: Pechuga de polloHidrato: Arroz integralGrasa: Pistachos picadosExtra: Cúrcuma y pimienta negra
<ul style="list-style-type: none">Verduras: Col rizada, zanahoria y naboProteína: Mejillones al vaporHidrato: QuinoaGrasa: Aceite de olivaExtra: Limón, perejil y ajo	<ul style="list-style-type: none">Verduras: Ensalada variadaProteína: LentejasHidrato: Boniato al hornoGrasa: Nueces pecanasExtra: Orégano y pimienta negra	<ul style="list-style-type: none">Verduras: Lombarda, zanahoria y cebollaProteína: Pechuga de pavoHidrato: Arroz rojoGrasa: Aceite de olivaExtra: Tomillo y romero

