



RECETAS

Bebida

Agua de Piña con toque de Jengibre

Aperitivo

Mango Ceviche

Plato Principal

Tacos de Coliflor Rostizada

- Guacamole
- Salsa

Postre

Mousse de Chocoaguacate



Ojala Chef. Karla Bennett

Mes Nacional de la Herencia Hispana

Agua de Piña con toque de Jengibre

½ Piña

2 Lt Agua

1 tbs Jengibre

- Pelar la piña y quitar el centro.
- Agregarla a la licuadora junto con el agua y el jengibre.
- Probar y si es necesario agregar el endulzante de tu preferencia.

Mango Ceviche



- 1 Taza Mango
- ½ Taza Pimiento Rojo
- ½ Taza Pepino
- ½ Taza Cebolla Morada
- 1 pzs Jalapeño
- ¼ Taza Cilantro
- ½ Aguacate
- 4 Pzs tostadas
- 4 Pzs Limon
- 1 oz Coconut aminos

- Cortar en cuadros el mango, pimiento Rojo, pepino, cebolla morada, jalapeño y aguacate.
- Colocar en un bowl el mango y agregar el jugo de limon.
- Agregar el resto de los ingredientes.
- Agregar un toque de pimienta, probar y listo.

Tacos de Coliflor Rostizada



½ pzs Coliflor

1 taza Frijol Negro Cocido

6 pzs Tortilla de Maiz

¼ pzs Cilantro

1 oz Mayonesa de Chipotle

- Cortar la coliflor en pedazos pequeños y colocarlo en una charola.
- Agregar aceite, sal y pimienta.
- hornar por 10 minutos a 500 F

Guacamole

4 pzs Aguacate

1 pzs Limon

Sal

1 oz Aceite de oliva

- Agregar todo al bowl, machar con el molidor de papa o un tenedor.
- Probar y listo.

Salsa

6 pzs Tomato



Ojala Chef. Karla Bennett

Mes Nacional de la Herencia Hispana

3 pzs Chile Jalapeño

1 pzs Cebolla Morada

¼ pzs Cilantro

Sal

Pimienta

- Cortar todos los ingredientes en pedazos pequeños.
- Colocarlos en una charola, agregar sal, pimienta y aceite.
- Hornar 500 F por 10 minutos
- Licuar y agregar el cilantro fresco.
- Sazonar con sal y pimienta
- Probar y listo.

Chocoaguacate Mousse



4 pzs Aguacate

500 gm Chocolate

1 oz Agave

1 oz Aceite de Coco

1 oz Vainilla

Pistache (opcional)

- Derretir el chocolate en baño maría.
- Agregar a la licuadora el aguacate, agave, aceite de coco y vainilla
- Licuar hasta integrar todos los ingredientes.
- Agregar paulatinamente el chocolate.
- Para servir poner en una bolsita, cortar la esquina y servir tipo nieve.

Lista de compras

Frutas y vegetales

1 Piña

2 pzs Mango



Ojala Chef. Karla Bennett

8 pzs Aguacate

1 pzs Pepino

4 pzs Limon

1 Cilantro

4 pzs Japeño

2 pzs Cebolla morada

1 pzs Pimiento Rojo

1 pzs Coliflor

Frijol negro

6 pzs Tomate

Abarrotes

Coconut Aminos

Tortillas de Maiz

Aceite de Oliva

Agave

Pistache

Aceite de Coco

500 gm Chocolate Negro



is a multi-cultural expression meaning “If god would want it” or “God willing”. Nowadays it basically means “I hope”. With the accent



Ojala Chef. Karla Bennett

Mes Nacional de la Herencia Hispana

moved from the last “a” to the “O”, we give it a new meaning of “live the present “or “enjoy what you have”.

Our wish, with our gift of food, is to feed your mind, body and soul. Our hope is that you will take the time to savor each bite.

Being “mindful “of the fresh ingredients, feeding not only your hunger but also your mind and soul.

Our gift is a meal that becomes a step in your journey to mindful eating.

Plant Based Cuisine

Monday - Friday

11 am – 3 pm

Location

The KAWS

2144 McCulloch Blvd. N.

CONTACT US

(928) 224 8521

ojalalhc@ojala108.com

INSTAGRAM ojalalhc

Facebook ojalalhc

www.ojala.shop