

# Empanadas de carne vegetal al limón

Dificultad:

media

Nº de comensales: 1

## / Ingredientes

### Para 6 personas

#### Para la masa de espinacas:

- 1 kg de harina (puede ser blanca o integral)
- 300 g de espinacas frescas
- 200 g de aceite de oliva virgen extra
- 20 g de sal

#### Para el relleno:

- 500 g de proteína vegetal de soja Heura (carne vegetal)
- 200 g de leche de arroz o de soja
- 150 g de aguacate fresco
- 1 hoja de kale
- 100 g de cebolla caramelizada u otra confitura al gusto
- 50 g de aceite de oliva
- 50 g de margarina 100% vegetal
- 50 g de harina
- Zumo de ½ limón
- 8 g de sal
- 5 g de cebollino
- Pimienta

## / Preparación