

I N G R E D I E N T E S

Ensalada de Verduras con Quinoa

1 Taza de quinoa
1/4 caldito de verduras
1 cebolla morada
1/2 de zanahoria
1/2 de Morrón amarillo
1/2 de morrón rojo
cilantro c/n

P R O C E D I M I E N T O

- 1- Lavar bien la quinoa.
- 2- En una cacerolita poner 1 taza de quinoa + 1 1/2 taza de agua + 1/4 de caldito de verduras.
- 3- Una vez que el agua empieza a hervir, bajar a mínimo el fuego y cocinar hasta que se evapore el agua.
- 4- Cortar en cubos chicos 1 cebolla morada + 1/2 Morrón rojo + 1/2 Morrón amarillo y 1/2 zicchini.
- 5- En una sartén con un chorrito de oliva saltear las verduras, dejando que se doren. (Que queden como asadas)
- 6- Mezclar las dos preparaciones y Agregar cilantro picado (opcional) y corregir la sal y la pimienta.

