



Berenjena rellena de quinoa



Categoria
Vegetariano



Tempo de preparação
Médio



Dificuldade
Fácil



Custo
Medio



Com quem?
Con la familia



Nº de pessoas
4 pessoas

Ingredientes



Al gusto: Gallo Aceite de
Oliva Extra Virgen Reserva

- 2 berenjenas
- Sal, al gusto
- Pimienta, al gusto
- 1 diente de ajo picado
- 400g de quinoa cozida
- 1 cebolla morada picada
- 250g de tomates cherry
- 2 cucharadas de menta picada
- 2 cucharadas de cilantro picado
- 1 lata de grano
- 2 cucharadas de salsa tahini

Modo de preparación

1

Cortar las berenjenas por la mitad y raspar el interior. Colocarlas en una bandeja de horno y sazonarlas con sal, pimienta, ajo picado y rociarlas con aceite de oliva.

2

Hornear durante unos 20 minutos.

3

Poner en un bol la quinoa, la cebolla morada, los tomates cherry cortados por la mitad o en cuartos, la menta, el cilantro y los granos.

4

Sazonar con sal, pimienta y Aceite de Oliva Reserva Gallo.

5

Rellena las berenjenas con la mezcla de quinoa, colócalas en una fuente, vierte la salsa de tahini por encima y termina con un chorrito de Aceite de Oliva Reserva Gallo.

Produtos utilizados



Reserva

Aceite de Oliva Virgen Extra

Veja também

 Vegetariano  Médio  Fácil

Couscous de verão com feta e limão

 Vegetariano  Rápido  Fácil

Quinoa com abóbora, espinafres e romã

 Vegetariano  Médio  Fácil

Pizza de cogumelos e trufas

 Vegetariano  Médio  Fácil

Tofu picante com alga nori

 Vegetariano  Médio  Fácil

Falafel



Mais receitas em
www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide