Cuscús vegetariano

Categoria	Tempo de preparação	Dificuldade	Custo	Com quem?	Nº de pessoas
Vegetariano	Rapido	Fácil	Económico	Con la familia	4 pessoas

Ingredientes

- 100ml de Gallo Aceite Clássico
- 200g de cuscús
- 200g de puerro
- 50g de rúcula
- 125g de mezcla de pimientos verdes y rojos
- 500ml de caldo de verduras
- Pimienta de molino, al gusto

Modo de preparación

1. Caliente el caldo de verduras y viértalo sobre el cuscús en un tazón. Deje que se humedezca.
2. Saltee el puerro en el Gallo Aceite de Oliva Extra Virgen hasta que quede translúcido.
3. Saltee los pimientos en aceite de oliva.
4. Coloque el puerro en la parte inferior del plato y coloque sobre el mismo un aro de metal*. Llene el interior del aro con el cuscús y coloque la rúcula y los pimientos encima.
5. Espolvoree con pimienta molida y riegue con el resto del aceite de oliva.
6. ¡Retire el aro antes de servir!

Dicas do Chef

En caso de que no tenga un aro metálico, puede utilizar una forma o un molde redondo para hacer el mismo efecto.

Produtos utilizados

Clássico

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