



Calabazas rellenas de quinoa



Categoría
Vegetariano



Tempo de preparação
Médio



Dificuldade
Fácil



Custo
Económico




Com quem?
Con amigos



Nº de pessoas
2 pessoas

Ingredientes

 Al gusto: Gallo Aceite de Oliva Virgen Extra Premium Gran Selección

 Al gusto: Gallo vinagre Balsámico de Módena

- 2 calabaza común (curcubita máxima)
- Tomillo, al gusto
- Sal, al gusto
- Pimienta, al gusto
- 50g de mezcla de quinoa
- 0,5 cebolla morada picada
- 1 tomate seco picado
- 100g de grano escurrido
- 20g de pistacho picado
- 35g de espinacas
- 1/2 naranja
- Perejil picado, al gusto

Modo de preparación

1

Precaliente el horno a 190°C.

2

Abra las calabazas por la mitad, retire las semillas y colóquelas en una bandeja para hornear.

3

Rocíe con Gallo Aceite de Oliva Premium Virgen Extra Gran Selección, espolvoree con tomillo y sazone con sal y pimienta. Hornee durante 30 minutos.

4

Mientras tanto, cocine la quinoa según las instrucciones del paquete. Escurra y deje que se enfríe ligeramente.

5

Coloque la quinoa en un bol, agregue la cebolla morada picada, el tomate seco, el grano y los pistachos.

6

Finalice con perejil y sazone con sal, pimienta, Gallo Aceite de Oliva Virgen Extra Premium Gran Selección y Gallo Vinagre Balsámico de Módena. Envuelva bien.

7

Sirva con una ensalada de espinacas y gajos de naranja.

Produtos utilizados



Gran Selección

Aceite de Oliva Virgen Extra Premium



Balsámico de Módena

Vinagre Premium

Veja também

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

Vegetariano Médio Fácil

Hummus com azeitonas e queijo de cabra



Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide