



Cuscús vegetariano

Categoria
Vegetariano

Tempo de preparação
Rapido

Dificuldade
Fácil

Custo
Económico

Com quem?
Con la familia

Nº de pessoas
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