

QUINOA COM ESPINAFRES, COGUMELOS E QUEIJO



INGREDIENTES

- 80 G DE QUINOA (+ DOBRO DA ÁGUA)
- 300 G ESPINAFRES
- 170 G COGUMELOS FRESCOS
- 1/2 CEBOLA
- SAL QB
- PIMENTA QB
- MANJERICÃO SECO QB (OPCIONAL)
- AZEITE QB
- NOZES PARTIDAS QB
- QUEIJO FRESCO OU FETA

CONFEÇÃO

1. Lavar muito bem a quinoa em água corrente (coloquei-a antes a demolhar cerca de 30 minutos mas nem sempre há tempo) e colocar na CC com acessório misturador, com o dobro da água (como sendo arroz) e sal qb. Selecionar o programa Slow Cook, P3 mas 15 minutos, em vez dos 20 que estão por defeito. Reservar.
2. Cortar a cebola (ou colocar na CC com a lâmina, velocidade 6, 15 seg) e colocar na CC com acessório misturador e o azeite (utilizei cerca de 4 colheres de sopa). Selecionar Slow Cook P1, 2 minutos, 130°.
3. Colocar então os espinafres e os cogumelos descascados e cortados, temperar com sal, pimenta e manjericão seco. O programa a utilizar é Slow Cook, P1.
4. Servir com a quinoa cozinhada, nozes e o queijo partidos aos pedaços.