

CUSCUZ COM MIX LEGUMES



INGREDIENTES

- LEGUMES:
- 1 COURGETTE CORTADA EM RODELAS
- 1 CENOURA RALADA
- 1 LATA DE COGUMELOS LAMINADOS (NÃO TINHA FRESCOS)
- 1 ALHO FRANCÊS GRANDE LAMINADO
- 2 DENTES DE ALHO PICADO
- 1 CEBOLA PICADA
- OREGÃOS, SAL, GENGIBRE EM PÓ, PIMENTA Q.B.
- 50 ML AZEITE
- 20 ML DE VINHO BRANCO
- CUSCUZ:
- 1 CHÁVENA DE CUSCUZ
- 2 CHÁVENAS DE ÁGUA
- 2 DENTES DE ALHO ESMAGADO
- 1 FIO DE AZEITE
- MANJERICÃO CORTADO EM TIRAS E SAL Q.B.

CONFEÇÃO

1. Colocar 0,7 ltº de água com os dentes de alho esmagado e programar 120 graus, 10 minutos.
2. Colocar numa taça os cuscuz com sal e manjeriço e adicionar as duas chávenas de água aquecidas sem o alho na taça e um fio de azeite, mexer com uma colher e tapar com um prato para abafar.
4. Na taça colocar o acessório de mistura e com a cebola, alho, azeite, cenoura, alho francês, courgette e o azeite programar vel 2, 110 graus, 10 minutos.
5. A meio do tempo temperar com sal, oregãos, pimenta, gengibre e vinho branco e deixar recorrer o tempo restante.
6. Se ao terminar tiver muito molho colocar novamente na vel 2, 110 graus, 5 minutos aqui tudo depende da água da courgette.
8. Depois é servir com os cuzcus.
9. <https://odocenuncaamargouu.blogspot.pt/2017/12/cuscuz-com-mix-legumes.html>