



Ensalada de quinoa

Receta de V-ZUG AG



Preparación	30 Min.
Tiempo de reposo	10 Min.
Tiempo de cocción	30 Min.
Porciones	4
Aparato	CombairSteamer V2000 a partir de 2021

con aderezo de tahini

Quinoa

150 g Quinoa blanca
200 ml Caldo de verduras
100 ml Zumo de manzana
1 Cuchara sopera Aceite de oliva
1 Cucharadita Jarabe de arce
2 Cuchara sopera Pasas sultanas
½ Cucharadita Ras el Hanout
1 Pizca Cúrcuma
1 Pizca Canela
½ Guindillas, picado
½ Cucharadita Sal

Ensalada

1 Pepino
1 Mango
50 g Pistachos salados, pelados, picados
3 Ramitas Eneldo, picado
3 Ramitas Cilantro, picado
3 Ramitas Perejil, picado





2 Ramitas Menta, picado

Aderezo

80 g Tahini

75 ml Agua tibia

½ Limón, solo el jugo

1 Cuchara sopera Aceite de oliva

1 Pizca Comino en polvo

1 Pizca Pimienta de cayena

½ Cucharadita Sal

Quinoa

Lave la quinoa y escúrrala. Colóquela en una fuente de porcelana con el resto de los ingredientes y mezcle bien.

Hornee la quinoa en una parrilla en el estante central con Cocción al vapor a 100 °C durante 30 minutos.

Saque la quinoa de la cámara de cocción, tápela y déjela en remojo durante al menos 10 minutos. Sepárela con un tenedor.

Ensalada

Pele y descorazone el pepino. Pele el mango. Corte el pepino y el mango en dados de 5 mm. Colóquelo en un bol con el resto de los ingredientes y mézclelos con la quinoa tibia.

Aderezo

Mezcle bien todos los ingredientes en un bol.

Sazonar

Mezcle el aderezo con la ensalada de quinoa aún tibia.

Pasos de cocción

Cocción al vapor 100 °C durante 30 Min.

Accesorios

Parrilla

Molde de porcelana con un volumen aproximado de 1 l





Información complementaria

Creado el

08.08.2025

