Kinoa için Temel **Hazırlık**

Tarif yazan V-ZUG A.Ş.



Hazırlama	5 Dak.
Pişirme süresi	20 Dak.
Porsiyon	4
Cihaz	CombiSteamer V6000 Grand 2022 itibarıyla

Glutensiz, protein açısından zengin ve çok yönlü bir besin: Kinoa, kaseler, besleyici salatalar veya sebzelerin yanına yapılan garnitürler için iyi bir temel besindir.

Malzemeler

150 g Kinoa

300 ml Su

¾ çk tuz

Hazırlama

Kinoayı akan soğuk suyun altında yıkayın ve suyunu süzün. Kinoayı, suyuyla birlikte tuzlayıp fırın kabına koyun, soğuk fırındaki ızgara telinin üzerine yerleştirin ve 100 °C'de yaklaşık 20 dakika buharda pişirin. Kinoanın kapağını kapatıp fırında veya oda sıcaklığında en az 10 dakika dinlenmeye bırakın.

Buğulama esnasında 100 20 Dak. °C

Aksesuar

yaklaşık 1 l hacimli fırın kalıbı

Izgara teli

Ek bilgi

Oluşturulma tarihi	04.08.2025