

Raciones para 1

500 ml
caldo de verduras sin sal
250 g
quinoa
150 ml
vino blanco
75 g
queso parmesano rallado
1
pera
1 pizca
perejil fresco

- 1 Calentar una sartén y tostar ligeramente la quinoa durante un par de minutos, removiendo para que no se queme.
- 2 Añadir el vino blanco, subir el fuego y dejar evaporar el alcohol durante, aproximadamente, un minuto.
- 3 Añadir el caldo a la quinoa, poco a poco, para que se hidrate lentamente al tiempo que removemos durante unos 10-12 minutos.
- 4 Mientras tanto pelar la pera y cortar el dados.
- 5 Cuando la quinoa esté al dente, pero todavía caldosa, añadir el parmesano rallado, remover y cocer un par de minutos más.
- 6 Retirar del fuego y emplatar, colocando unos dados de pera por encima y unas ramas de perejil fresco.

Notas del Chef

<https://cookinglovers.teka.com/es/receta/falso-risotto-de-quinoa-y-pera/>

COOKING
LOVERS 