



Receta

Ingredientes

- 1 paquete de quinoa Trevijano (150g)
- 700ml de leche de coco
- 1/2 Piña natural
- 80g de avellanas
- Corteza de 1 limón
- 1 rama de canela
- 50g de azúcar de coco u otro endulzante
- 1 cucharadita de aceite de coco

Preparación

- 1 – Lavamos la quinoa y hervimos en agua durante 20 minutos (doble de agua que de quinoa).
- 2 – Mientras, hervimos la leche de coco con un rama de canela y una corteza de limón. Removemos de vez en cuando y cocinamos a fuego medio durante 30 minutos. Añadimos el azúcar 5 minutos antes de retirar del fuego. Si es necesario, podemos añadir más leche de coco sobre la marcha.
- 3 – Cortamos la piña en medias rodajas y las ponemos en una sartén con un poco de aceite de coco, dándoles la vuelta para que se doren por los dos lados.
- 4 – Retiramos la quinoa y la escurrimos. Colamos la leche y la añadimos a la quinoa poco a poco. Servimos en los boles, con unas medias rodajas y piña y unas avellanas.
- 5 – ¡A disfrutar de un postre diferente y sincero!



Quinoa Roja

Información nutricional	ración 100 g.
Valor energético	952 kJ 228 kcal
Grasas (g)	16
de las cuales Saturadas (g)	11
Hidratos de carbono (g)	16
Fibra alimentaria (g)	1,9
Proteínas (g)	3,3
Sal (g)	0,05