

QUINOA ROJA CON CREMA DE QUESO AZUL Y CHAMPIÑONES



Receta

Ingredientes

- 1 paquete de quinoa Trevijano (150g)
- 4 champiñones enteros
- 1 cebolla tierna
- 400 ml de nata para cocinar
- 100 g de queso azul
- 4 g de sal
- Pimienta negra recién molida
- 1 cda de aceite de oliva virgen extra
- Hojas de orégano fresco



Quinoa Roja

Preparación

1 – Cocemos la quinoa roja en agua (2 partes de agua por 1 parte de quinoa), durante aproximadamente 20 minutos a fuego medio o hasta que la quinoa roja doble su volumen.

2 – Mientras, pelamos la cebolla, cortamos en trocitos pequeños y sofreímos en una sartén con una cucharada de aceite de oliva durante 10 minutos. Podemos tapar la sartén y que se cocine en su propio jugo. Salpimentamos. Añadimos la nata, removemos, añadimos el queso azul y mezclamos bien durante unos minutos, hasta que se integre como una salsa.

3 – Retiramos la quinoa y la emplatamos. Añadimos la salsa de queso azul caliente y, por último, con el pelador hacemos láminas muy finas de champiñones sobre la salsa a modo carpaccio (1 champiñón/persona). Servimos de inmediato, acompañado de hojas de orégano fresco u otra hierba aromática.



25'



Información nutricional	ración 100 g.
Valor energético	921,26 kJ 220,22 kcal
Grasas (g)	14,31
de las cuales Saturadas (g)	7,83
Hidratos de carbono (g)	16,24
Fibra alimentaria (g)	2,42
Proteínas (g)	6,04
Sal (g)	0,72