

Mix Mediterráneo de Coliflor y Quinoa

- aceite de oliva
- cebolla morada picada
- ajo picado
- jitomates deshidratados picados
- aceitunas negras picadas
- Quinoa cocida
- bits de coliflor (blanqueados) los puedes comprar ya picados o tu picarla chiquitita.
- sal
- pimienta

Preparación

1. La Quinoa debe estar cocida y los bits de coliflor blanqueados, lo cual significa que tienes que poner a hervir agua y cuando suelte el hervor agregar la coliflor ya picada por 5 minutos y cuelas.
2. En un sartén agregar el aceite de oliva y sofreír la cebolla y el ajo.
3. Añadir el jitomate deshidratado y un poco después las aceitunas.
4. Por último agregar la Quinoa y la coliflor. Cocinar por 5 minutos más.
5. Agregar sal y pimienta al gusto.