



40 min



Photo: Referential / Foto: Referencial

QUINOTTO WITH RED QUINOA

QUINOTTO CON QUINOA ROJA

INGREDIENTS FOR 4:

- 160 grams of red quinoa (see note below for white or black quinoa)
- 1 spoonful of garlic
- ½ cup of chopped onion
- 1 yellow pepper, chopped, with veins and seeds removed
- 1 cup of white wine
- Salt and pepper
- Olive Oil
- Chopped parsley
- ½ cup of grated parmesan
- ½ cup of cream

PREPARATION:

- To prepare the quinoa, thoroughly rinse it in cold water until the water runs clear.
- In a pot of boiling water, cook the quinoa until tender, about 15 minutes. Strain and set aside.
- In a frying pan, add garlic, onion and yellow pepper and fry them in olive oil for 10 minutes.
- When ready, add the quinoa and cook it for another 8 minutes. Then, add the white wine and cook out the alcohol.
- Add the parmesan and cream and leave it simmering for 8 minutes until the sauce has thickened.
- Season to taste with salt and pepper. Add chopped parsley for garnish.

Tips:

- If you use white quinoa, cook for less time than the red quinoa – 10 minutes is enough.
- Black quinoa is a little harder than red quinoa and will require a greater cooking time. Cook for approximately 17 minutes or until tender.

INGREDIENTES PARA 4:

- 160 gr de quinua roja sancochada (opción con roja y blanca)
- 1Cda de ajo
- ½ Taza de cebolla picada.
- 1 ají amarillo picado sin venas ni pepas.
- 1 copa de vino blanco
- Sal y pimienta al gusto
- Aceite de oliva
- Perejil picado
- ½ Taza de queso parmesano
- ½ Taza de crema de leche

PREPARACIÓN:

- Cocer la quínoa en abundante agua por 15 minutos. Colar y reservar.
- Freír en aceite de oliva el ajo, cebolla y ají por 10 minutos.
- Cuando estén bien fritos agregar la quinua, cocer por 8 minutos más, luego agregue el vino blanco.
- Luego de unos minutos añadir queso parmesano, crema de leche, en este momento dejar cocer por 8 minutos, que tenga la consistencia deseada, por último rectifique la sal, pimienta, perejil.

Consejos:

- Si usa quínoa blanca, cocer por menos tiempo que la roja, 10 minutos es aconsejable.
- Si encuentra la quínoa negra que es un poquito mas dura, cocer por 17 minutos.