

# Ensalada Tibia de Cuscús



## Ingredientes

**Cous Cous:** 1 Taza

**Maní:** 1/2 Taza

**Brócoli:** 1 Unidad

**Zanahorias:** 2 Unidades

**Choclo:** 1/2 Unidad

**Comino:** 1 cdita

**Ajo:** 1 Diente

**Arvejas:** 1/2 Taza

**Sal:** c/n

**Caldo:** 1 Taza

## Aderezo

**Limón para su jugo:** 1 Unidad

**Miel:** 1 cda

**Naranja:** 1 Unidad

**Menta en hojas:** c/n

**Yogurt Natural:** 300 cc

**Sal y Pimienta:** c/n

## Preparación de la Receta

- Colocar en un bol el cous cous y agregar el caldo caliente, mezclar, tapar y dejar reposar por 10 minutos sin destapar ni mezclar.
- *Blanquear* zanahorias en rodajas hasta que estén tiernas, reservar.
- Cortar el *brócoli* en flores tamaño bocado y *blanquear* en el mismo agua, reservar .
- En un bol mezclar *yogur*, miel, el *jugo* y las ralladuras y el *jugo* de *naranja* y *limón*.
- Salpimentar y reservar.
- En una sartén con aceite de oliva *saltear* los brócolis, las zanahorias, *ajo* picado, *jengibre* rallado, arvejas y *choclo* desgranado, por unos minutos ; salpimentar y reservar calientes.
- Desgranar el cous cous tibio *condimentar* con *comino* y salpimentar ; agregar las verduras tibias y *condimentar* con la salsa de *yogur* y el *maní*.