

Taboule de Invierno

Tiempo de preparación: 30 Min



Ingredientes

Aceite de oliva virgen extra: c/n

Brócoli: 1/2 unidad

Calabacín: 1/2 unidad

Caldo De Ave: 300 mililitros

Ajo: 1 Diente

Mostaza: 1 cda

Piñones: 60 Gramos

Sémola de trigo: 300 Gramos

Berenjena: 1/2 unidad

Brotes para decorar: c/n

Calabaza: 150 Gramos

Comino: c/n

Limón para su jugo: 1 unidad

Pimentón: c/n

Sal: c/n

Preparación de la Receta

- Poner en una olla el caldo y calentar.
- Incorporar la *sémola* de trigo o cuscús
- Cocinar unos 5 minutos, hasta que el caldo desaparezca por completo y la *sémola* esté tierna
- En una bandeja de horno poner todas las verduras y amasar a 180 °C unos 25 minutos
- Cuando estén asadas las trocear.

Para el aliño mezclar los piñones tostados

- La *mostaza*, el diente de *ajo* picado, el *zumo* de *limón*, el *pimentón*, el *comino*, aceite y sal
- Mezclar las verduras con la *sémola* y *aliñar* bien.
- Emplatarse con un aro y decorar con canónigos, *rúcula* o brotes.

Consulta la receta original en
<https://elgourmet.com/recetas/taboule-de-invierno>