

# Recetas



## Tabbouleh

### INGREDIENTES:

- 200 gramos de cuscús
- 2 cebolletas picaditas.
- 50 gramos de perejil fresco picado.
- 50 gramos de menta o hierbabuena fresca picada.
- 2 o 3 tomates rojos cortados en trocitos.
- 1 pepino mediano
- Uvas pasas
- Zumo de limón exprimido.
- Sal.
- Pimienta molida (opcional).
- Aceite de oliva.

### PREPARACIÓN:

Poner el cuscús a cocer según indicaciones del productor.

En un bol mezclaremos el perejil, la menta o hierbabuena, las cebolletas, el pepino, las pasas y los tomates. Añadiremos el zumo de limón, el aceite de oliva, la pimienta y la sal al gusto. Por último añadimos el cuscús.

Lo dejamos enfriar en la nevera una hora aproximadamente y lo tendremos listo para tomar.

Se puede cambiar el cereal por otros, como por ejemplo, mijo, arroz, quinoa.

Vegetariana ✓

Vegana ✓

Alcalina ✓