



# Tabulé de quinua



**Chef Juliana López (Argentina)**

*Porciones: 6*

## *Ingredientes:*

300 g de quinua  
Hojas de perejil  
Hojas de cilantro  
Hojas de menta  
½ atado de cebolleta (cebolla de verdeo)  
500 g de tomates  
Jugo de 2 limones  
1 taza de aceite de oliva  
Sal  
Pimienta

## *Preparación:*

- Lave la quinua para quitarle el sabor amargo y cocínela en abundante agua con sal hasta que esté bien cocida.
- Corte los tomates y la cebolla de verdeo.
- Pique el perejil, la menta y el cilantro.
- Mezcle todos los ingredientes.
- Aderece con jugo de limón, aceite de oliva, sal y pimienta.



## *Consejo:*

La receta se puede realizar con arroz integral, cous cous y cualquier otro cereal o legumbre.