



Refresco de quinua



Fuente: Mariluz Ticona, Asociación Wiñay Warmi
Recetario “*El camino de la quinua*”, publicado por el Movimiento Manuela Ramos (Perú)

Ingredientes:

¼ de kg de hojuelas de quinua
1 piña mediana, picada en trocitos pequeños
3 tazas de azúcar o más de ser necesario
Cáscaras de piña
Canela
Clavo de olor

Preparación

- Hierva las cáscaras de piña, con el clavo de olor y la canela en cinco litros de agua durante ½ hora.
- Cuele el hervido y agregue las hojuelas de quinua, para que se cocinen por ½ hora más.
- En una olla aparte, ponga la piña picada con una taza de agua y 3 de azúcar, por 10 minutos.
- Luego agregue la piña cocida a la olla donde están las hojuelas ya cocidas, para que den un último hervor unos cuantos minutos. Verifique el dulce.
- Espere a que enfríe y sirva con canela molida.