

CUSCÚS CON VERDURAS



Ingredientes:

- Cuscús integral (½ vaso) Sobrará, podrás guardarlo para otro día.
- Pimiento verde (½ o ¼ dependiendo del tamaño)
- Cebolla (½)
- Tomate fresco (½)
- Champiñones/setas (2 ó 3, dependiendo del tamaño)
- Agua (½ vaso)

Preparación:

- En una olla pequeña añades el agua y dejas que se caliente. Mientras está en ello, cortas a trozos pequeños la cebolla, el pimiento, el tomate y las setas/champiñones.
- Una vez esté casi hirviendo el agua, echas el cuscús. Apagas el fuego, y remueves un poco para que no se quede enganchado. En menos de 5 minutos, el cuscús habrá absorbido el agua y estará hecho. Lo apartas.
- En una sartén previamente caliente, echas un chorrito de aceite de oliva virgen extra. Dejas calentar un minuto más y echas la cebolla. Dejas que se haga un poco, pasado unos minutos, echas el pimiento y después el tomate.
- Vas removiendo la mezcla y cuando les quede poco para acabar de hacerse, echas los champiñones o setas.
- Puedes añadir especias como pimienta, ajo o cúrcuma. Para darle un toque.
- Una vez más o menos hecho el salteado, añades el cuscús con el fuego ya apagado. Mezclas bien y añades un poco de sal. Y ya lo tienes listo para comer.