



Cous cous di verdure e pomodori secchi

Ingredienti:

- Pomodori Secchi Saclà 280 g
- 200 g di cous cous precotto
- 200 g di carote
- 200 g di peperoni
- 200 g di zucchine
- 150 g di cavolo cappuccio rosso
- 1 porro
- Olio extra vergine di oliva q.b.
- Menta fresca q.b.
- Sale q.b.



Preparazione:

- Pulite, lavate e tagliate a pezzetti regolari di circa 1 cm tutte le verdure mantenendole separate. Pulite, lavate, tagliate finemente il porro e dividetelo in 4 parti.
- In una padella antiaderente cuocete per qualche minuto ciascuna verdura (separatamente), rosolando per ognuna una parte di porro con un filo di olio EVO. Le verdure dovranno risultare croccanti. Aggiustate di sale.
- In una padella larga portate a bollore 200 ml di acqua. Spegnete il fuoco e versate 200 g di cous cous precotto. Coprite e lasciate riposare circa 4 minuti. Aggiustate di sale e versate 2 cucchiaini di olio EVO. Sgranate delicatamente il cous cous con una forchetta.
- Tagliate a pezzetti i Pomodori Secchi Saclà, uniteli al cous cous e alle verdure e mescolate delicatamente a fuoco basso per 2 minuti.
- Impiattate con un filo di olio EVO e foglioline di menta fresca. Buon appetito!