

Pastel de quinua



Ingredientes para 6 personas

- Quinoa: 500g
- Salsa de tomate
 - Aceite no transgénico (oliva, girasol,...)
 - Tomates frescos: 1kg
 - Cebolla: 3 medianas
 - Ajo: 10 dientes mínimo
 - Orégano
 - (Pimientos: 2 medianos)
- Acelga: un atado
- Sal a gusto
- Queso para gratinar: 300-400g

Preparación

1. En una olla grande hervir la quinoa hasta que este tierna, ajustando el agua salada para que no quede agua al final. Reservar.
2. Lavar las verduras si no son orgánicas.
3. Cortar la cebolla, los tomates, (los pimientos) y el ajo. Saltear la cebolla con aceite. Después añadir el resto y dejar cocinar solo para que se reduzca un poco. Añadir sal, orégano o otros condimentos. Reservar.
4. Cortar la acelga y cocinar con poca agua hasta que este un poco tierna. En primer lugar poner las pencas y luego las hojas.
5. En una fuente para horno, colocar una primera capa de quinoa. Cubrir con la salsa de tomate. Luego colocar otra capa de quinoa. Cubrir con la acelga. Colocar eventualmente con una última capa de quinoa antes de cubrir con el queso.
6. Listo para el horno!

Variantes

- Otras verduras pueden ser añadidas
- Se puede mezclar todo y no hacer capas, pero prefiero con capas
- Acompañar con pan integral fresco y vino del lugar