



Burritos de Quinoa

Burritos de Quinoa Doria

Ingredientes

- 62.5 gr de Quinoa Molida Ancestral Doria
- 8 gr de Quinoa en Grano Ancestral Doria
- 1 huevo
- 150 ml de leche entera/deslactosada
- 25 gr de lomo de res
- ½ ud de pimentón rojo
- ½ ud de cebolla morada
- 50 gr de maíz tierno
- 70 gr de champiñones
- 25 ml de salsa soya
- 3gr de tomillo
- Sal y pimienta al gusto
- Perejil fresco al gusto
- 40 ml de aceite de girasol

Preparación

1. Para el acompañamiento del plato, cocina la Quinoa en Grano Ancestral Doria en una olla mediana y con la cantidad de agua recomendada.
2. Agrega una pizca de sal y pimienta. Una vez el agua se haya absorbido, tapa la olla , baja el fuego a mínimo y espera a que el grano abra por completo y esté al dente. Retira del fuego y reservar.
3. Para la masa del crepe (tortilla), en un bowl mediano, mezcla la Quinoa Molida Ancestral Doria previamente tamizada, la leche , el huevo, la sal y la pimienta.
4. Bate muy bien y deja reposar unos 15 a 20 mins en frío y en un sartén mediano a fuego medio con un chorro de aceite, con ayuda de un cucharón, agrega la cantidad necesaria en el centro.
5. Mueve el sartén de lado a lado hasta cubrir la base. Cocina un par de minutos por cada lado y reserva el resultado para el montaje.
6. Para el relleno de los burritos, en un sartén aparte ligeramente engrasado, sella el lomo de res cortado en bastones. Una vez sellado, retíralo y en su grasa restante, sofríe la cebolla y el pimentón cortados en julianas.
7. Cuando estén a punto, agrega los champiñones laminados y el maíz tierno escurrido. Mezcla un par de minutos y vuelve a agregar el lomo, la quinoa en grano previamente cocinada, una pizca de tomillo y un chorro de salsa de soya.
8. Saltea todo por un par de minutos, corrige punto de sabor y retira del fuego.

9. Para el armado del burrito, en uno de los crepes de quinua, sirve una buena porción de relleno de quinua, verduras y res, enrolla, corta de forma transversal, sirve y decora con abundante perejil fresco picado por encima.