

PRIMI PIATTI

Cous cous di verdure

di: *cicalinas*.

LUOGO: Europa / Italia

DOSI PER: 4 persone DIFFICOLTÀ: bassa PREPARAZIONE: 15 min COTTURA: 20 min COSTO: basso

REPERIBILITÀ ALIMENTI: facile



INGREDIENTI

COUSCOUS 200 gr
BRODO VEGETALE 200 gr
CAROTA 100 gr
BASILICO
PEPERONE ROSSO 230 gr
PEPERONE GIALLO 230 gr
MELANZANE 320 gr
PISELLI COTTI 150 gr
OLIO EXTRAVERGINE D'OLIVA (EVO)
SALE
PEPE

Preparazione

1

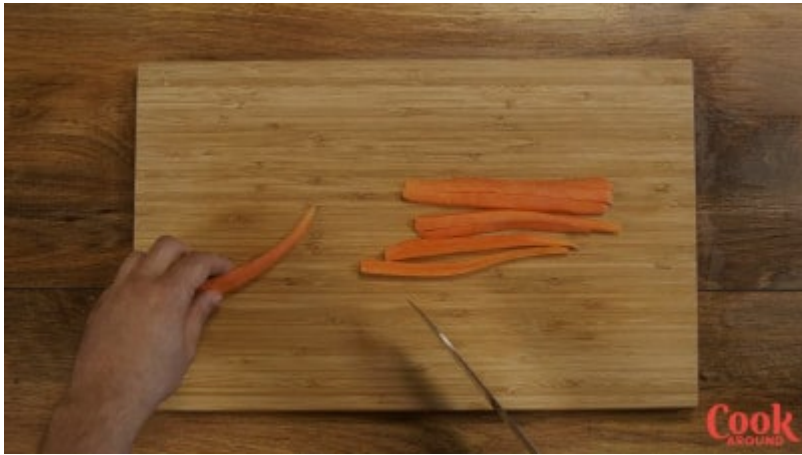
sgranare il cous cous con un cucchiaino di olio unire il brodo caldo coprire e attendere 8-10 min condire il cous cous sgranare





2 Tagliare le verdure a cubetti







3 saltarle in padella con un giro di olio a fiamma viva

regolare di sale e e pepe







4 XXX



