

ENSALADAS

Ensalada de quinoa con melva, brócoli y queso feta

2 raciones · 961 kcal

Ingredientes

- 2 vasos de quinoa
- 1 lata de melva
- Brócoli
- Queso feta
- Sal y pimienta
- Aceite de oliva y vinagre

POR RACIÓN

Proteínas	43 g
Grasas	36 g
Hidratos	119 g
Fibra	15 g

Elaboración

1. Hervimos la quinoa en una olla con agua (un vaso de quinoa y el doble de agua)
2. Hervimos por otro lado el brócoli si está congelado
3. Dejamos enfriar y mezclamos con el queso feta y la melva

Hecho con CookNest

Todas las recetas de Recetas SAL Y PIMIENTA
cooknest.app/@recetasalypimienta · Instagram @recetasalypimienta