



Rendimento: 8 porções como um prato lateral, com uso de vegetais orgânicos, sempre que possível

Ingredientes Salada:

- * 1 abobrinha grande
- * 1 berinjela grande
- * 1 xícara de quinua crua, cozida a igualdade de cerca de 4 xícaras de quinoa cozida, e depois resfriado
- * 1 1 / 2 xícaras de manjericão fresco picado
- * Cerca de 1 / 2 xícara de queijo feta (eu gosto feta francês feito com leite de ovelha)
- * 1 / 4 de xícara de pinhões torrados por um minuto ou assim em uma frigideira quente

Ingredientes Molho:

- * 1 / 4 de xícara de azeite extra-virgem
- * 2 colheres de sopa de suco de limão fresco
- * Vinagre balsâmico 1 colher de sopa
- * 1 colher de chá de alho, descascados e picados
- * 1 / 2 colher de chá de mostarda dijon
- * 1 / 2 colher de chá de açúcar ou mel orgânico

Preparação:

1. Pré-aqueça o grill. Cortada a berinjela e abobrinha e misture com o azeite, sal e pimenta. Coloque no cesto grill em fogo alto e grelhe até ficarem macios. Retire e deixe esfriar antes de cortar em pedaços de tamanho.
2. Misture os legumes picados grelhado com quinua cozida eo manjericão em uma tigela grande. Adicionar mais do queijo feta desintegrado. Misture bem.
3. Bata os ingredientes do molho em uma tigela pequena e, em seguida despeje sobre a salada. Misture bem e ajuste os temperos, se necessário.
4. Decore com as pinhões torra [Joomla SEF URLs by Artio](#)