



SALADA DE QUINOA E BRÓCOLIS

ALMOÇO

🕒 25 minutos - PORÇÕES 🍴

189

INGREDIENTES

1 xícara de quinoa cozida

1 xícara de amêndoas trituradas

300 g de brócolis, cortados em
pedaços grandes

20 ml de azeite extravirgem

1 xícara de ervas aromáticas
picadas (endro, salsinha, hortelã,
manjerição, coentro, cebolinha)

Suco e raspas de limão

Sal a gosto

PREPARAÇÃO

- 1 Triture as amêndoas num processador de alimentos e reserve. Adicione os brócolis e misture sem deixar que os pedaços fiquem pequenos demais.
- 2 Numa tigela grande, misture os brócolis, as amêndoas e a quinoa com os demais ingredientes e mexa delicadamente.

- 3 Sirva

