

MAZAMORRA DI QUINOA

DIFFICOLTÀ: ●● Bassa

ASSISTENZA: Sì

PORZIONI:



INGREDIENTI

- 2 tazze di quinoa perlata
- 1 tazza di miele di zucchero grezzo (nelle varietà panela o rapadura)
- 30 g di cannella in stecchi
- 2 tazze di acqua
- 1 buccia d'arancia
- 5 g di chiodi di garofano
- 2 tazze di latte evaporato
- 1 cucchiaino di esse vaniglia
- 2 cucchiai di uv
- 2 cucchiai di uv nera



II

PROCEDURA

- 1 Lavare bene la quinoa. Cuocere in una pentola media con le 2 tazze d'acqua fino a completa cottura. Aggiungere la cannella, i chiodi di garofano e la scorza d'arancia. Aggiungere quindi il miele di zucchero grezzo, o di varietà panela, l'essenza di vaniglia, il latte e infine l'uva passa.
- 2 Lasciare cuocere fino a raggiungere la consistenza della mazamorra.



Mazamorra: Alimento semiliquido di consistenza densa, come una sorta di porridge.