



ENSALADA DE TRIGO SARRACENO, CALABAZA Y GRANADA

Ingredientes

PARA 4 PERSONAS:

- 150 gr de trigo sarraceno
- 1 granada
- 30 gr de rúcula
- 10 hojas de cebollino
- 200 gr de calabaza
- 80 gr de queso fresco
- 1 limón
- Sal marina
- Aceite de oliva virgen extra

Preparación

1°. Lava bien el trigo sarraceno bajo el grifo de agua fría. Pon 300 ml de agua a calentar en una cazuela, agrega el trigo sarraceno, sazona, tapa y cuécelo a fuego medio durante 20 minutos. Pásalo a un bol grande y deja que se enfríe.

2°. Pica las hojas de cebollino finamente y añádelas.

3°. Desgrana la granada e incorpórala al bol.

4°. Corta el limón por la mitad y exprime medio sobre el bol.

5°. Pela la calabaza, córtala en daditos, saltéala en una sartén con 2 cucharadas de aceite e incorpórala al bol. Mezcla los ingredientes suavemente, vierte un par de cucharadas de aceite, pon a punto de sal y vuelve a mezclar.

6°. Con ayuda de un molde (tipo cortapastas) sirve 4 raciones. Corta el queso en dados pequeños y repártelos encima. Coloca las hojas de rúcula alrededor y rocíalas con un poco de aceite.

[HTTPS://WWW.HOGARMANIA.COM/](https://www.hogarmania.com/)