Cous cous freddo alle verdure



Tempo di preparazione: 30 min
Difficoltà: Facile

Ingredienti

- Acqua: 200 ml
- Bicchiere di acqua: mezzo
- Cipolla: 1
- Cous cous precotto: 200 gr
- Melanzana: 1
- Olio extra vergine di oliva: 3 cucchiai
- Pepe nero: q.b.
- Peperoncino: 1
- Peperoni piccoli (io rosso giallo e verde): 3
- Sale: q.b.
- Zucchine: 2

Preparazione

Il cous cous freddo alle verdure è molto semplice da preparare: come prima cosa mettete la **passata classica Pomì** all'interno di un pentolino e aggiungete una cipolla intera ben pulita, un peperoncino e due cucchiai di olio extra vergine di oliva.

Mettete sul fuoco e fate scaldare. Tagliate tutte le verdure a piccoli pezzettini e metteteli nel sugo, versate mezzo bicchiere di acqua, mescolate per bene e lasciate cuocere per 10 minuti. A fine cottura, salate e pepate.

Mentre le verdure cuociono, occupatevi del cous cous. In una pentola fate scaldare un cucchiaio di olio extra vergine di oliva e fate tostare poi il cous cous precotto per qualche secondo. Spegnete la fiamma, versate i 200 ml di acqua, coprite con un coperchio e attendete 3-4 minuti, il cous cous assorbirà tutta l'acqua ed aumenterà di volume. Condite quindi il cous cous con il sugo di verdure ed ecco che il piatto è pronto. Il cous cous freddo alle verdure si conserva in frigo per un massimo di 3 giorni.

For this recipe we used:

Passata Classica 400 gr

