



## Falso cous cous de brócoli



10 min



2 raciones



fácil

### Ingredientes



Brócoli congelado  
400 gr



Zanahoria en tiras 4x4 congelada  
40 gr



Cebolla picada congelada  
40 gr



Pimiento rojo y verde congelado  
40 gr



Ajo picado  
5 gr



Pasas Sultanas  
30 gr



Aceite de oliva  
2 cucharadas



Sal y pimienta

VEGANO 100%

### Elaboración

Poner 400 gr de **brócoli** en el microondas (tapado) durante 6 min. Escurrir y picar unos segundos con ayuda de una vaso-batidora. Reservar.

Poner en una sartén con 2 cucharadas de aceite a fuego moderado por este orden; **cebolla**, **pimiento rojo** y verde, ajo y **zanahoria**. Rehogar 2 min.

Añadir el **brócoli** "picado" y las pasas.

Rehogar 2 min más y sazonar al gusto

