

Cuscus de Palestina



El cuscús #Black Maftoul#, procesado artesanalmente y hecho a base de trigo integral

Calificación: Sin calificación

Precio:

5,50 €

[Haga una pregunta sobre el producto](#)

Descripción

Cuscús elaborado por **mujeres de Cisjordania** en el territorio palestino ocupado, quienes, gracias al comercio justo, pueden mejorar sus condiciones de vida.

El cuscús #**Black Maftoul**#, ha sido procesado artesanalmente y hecho a base de trigo integral, cuyo grano se ha cocido previamente y después se ha secado al sol.

Es rico en vitaminas del grupo B y E, en hierro, zinc, magnesio y en fibra integral favoreciendo el tránsito intestinal.

Podrás preparar deliciosas recetas utilizando esta sémola como base de ensalada, como acompañamiento en guisos de carne o pescado, e incluso para elaborar los postres más dulces.

Consejos de cocción (4 personas): Añadir 3 vasos de agua con un poco de sal y esperar que hierva. Una vez empiece a hervir, se aplican dos vasos de cuscús. A continuación, dejar que se haga a fuego medio durante 5 minutos hasta la absorción del agua. Después se puede tostar el cuscús en una sartén durante 10 minutos añadiendo un poco de aceite de oliva.

Cuscús #Black Maftoul#

Ingredientes: **trigo** integral, sémola de trigo, sal

Contiene **gluten**.

Información Nutricional

- Valor medio por 100g
- Valor energético ____
- Grasas _____
- Hidratos de carbono _____
- Proteínas ..
- Sal ..

