SALADA VEGANO

Salada Morna Vegana de Trigo com Hortelã e Orange Pepper

Uma salada de trigo servida morna. O Chef Cássio Prados hidrata o Trigo para Kibe PQ numa infusão de hortelã e junta pepino e tomate em cubinhos.





Chef Cássio Prados
instagram.com/cassio.prados

Rende 4 porções | Trigo hidratado por cerca de 30 min | Servida morna

INGREDIENTES

200 g	Trigo para Kibe PQ
500 ml	água bem quente
Folhas de hortelã fresca a gosto (só para a infusão)	
1	pepino comum, com casca, sem sementes
1	tomate grande, sem a polpa
Raspas de 1 laranja-baía (sem a parte branca)	
Pimenta Calabresa PQ a gosto (comece com uma pitada e prove)	
Sal e um fio de azeite a gosto	

PARA SERVIR

Azeite para o fundo do prato e Pimenta Calabresa PQ a gosto
Broto, um pedaço de casca de laranja e folha de ouro (opcional)

MODO DE PREPARO

1. **Legumes**
   Corte o pepino ao meio e raspe as sementes com uma colher. Corte em tiras de um dedo e depois em cubinhos. Tire a polpa do tomate e corte em cubinhos do mesmo tamanho.
2. **Infusão**
   Coloque a hortelã na água bem quente e deixe descansar um pouco.
3. **Trigo**
   Coe a água de hortelã sobre o trigo e deixe hidratar por cerca de 30 minutos, até ficar macio. Solte com um garfo: o trigo deve ficar soltinho e ainda morno.
4. **Salada**
   Junte o pepino e o tomate e tempere com sal e um fio de azeite.
5. **Orange pepper**
   Rale a casca da laranja sem pegar a parte branca, que amarga. Misture as raspas com a pimenta calabresa e junte à salada com mais um pouco de raspa.
6. **Servir**
   Molde a salada com um aro no centro de um prato fundo. Regue o fundo do prato com bastante azeite e salpique pimenta calabresa. Finalize com broto e um pedaço de casca de laranja.

CONSERVAÇÃO
Na geladeira, em pote fechado, por até 3 dias.

PRODUTOS PQ DESTA RECEITA — Trigo para Kibe PQ | Pimenta Calabresa PQ