



Quinua con leche y guaviyú



Chef Laura Rosano (Uruguay)

Porciones: **6**

Ingredientes:

200 g de guaviyú sin semillas
(opcionalmente se pueden utilizar arándanos, moras, frutillas u otros frutos nativos de su localidad).

½ taza de leche

300 g de quinua

50 g de azúcar

100 g de almendras tostadas

Para el coulis de guabiyú:

200 g de guaviyú sin semillas
(opcionalmente se pueden utilizar arándanos, moras, frutillas u otros frutos nativos de su localidad).

250 g de azúcar

Preparación:

- Extraiga las semillas de los guaviyú.
- Lleve al fuego una cacerola con la leche, la quinua y la mitad de los guaviyú. Añada la azúcar cuando esté hirviendo. Deje cocinar a fuego lento unos 30 minutos.
- Sirva en vasos, agregue el resto de los guaviyú y una cucharada de coulis por vaso. Añada las almendras molidas.
- Para el coulis, extraiga las semillas de los guaviyú y procese la fruta para transformarla en un puré.
- En una cacerola coloque el puré de frutas y el azúcar, y caliente a fuego lento, revolviendo hasta que hierva. Retire del fuego y deje enfriar.
- Si luego de preparar el postre de quinua con leche y guaviyú, le sobra coulis, ponga el resto en bolsas para freezer y congele. Puede durar 6 meses congelado y 10 días en la heladera.