



CUCINA CON NOI!

# Insalata 5 cereali con vellutata di cavolfiore e funghi arrostiti

## INGREDIENTI

una busta di Insalata ai 5 Cereali con Soia Edamame Orogel

---

una busta di Soia Edamame Orogel

---

250 g di Cavolfiore Rosette Orogel

---

150 g di funghi prataioli

---

olio evo q.b.

---

sale q.b.

---



30



4



Facile

#### Preparazione

- 1** Cuocete il cavolfiore al vapore, condite con olio e sale. Con l'aiuto del minipimer rendete il tutto a purea e, se necessario, aggiustate di sale.
- 2** In una padella scaldate l'olio evo e unite i funghi precedentemente tagliati e mondati, fate arrostire per qualche minuto e mettete da parte. Aggiungete l'insalata ai cinque cereali, la busta di soia edamame; scaldate per due minuti. Inumidite con poca acqua, aggiustate di sale, coprite e cuocete per 15 minuti.
- 3** A fine cottura unite l'insalata 5 cereali con la vellutata di cavolfiori e i funghi, mescolate e gustate.

