

## Septiembre: del arco iris Pimiento cuscus

el tiempo de preparación: Tiempo total: 22 minutos. Porciones: 4 porciones

### Ingredientes:

1 cucharada más 1 cucharadita de oliva virgen extra de aceite  
1 diente de ajo grande, picados  
1 chalote grande o media cebolla roja pequeña, picados  
3 rojo medio, amarillo, pimientos locales verde o naranja o una mezcla, finamente  
2 cucharaditas finamente picado orégano fresco  
sal Kosher y pimienta recién molida negra  
2/3 taza de trigo entero cuscús  
cuñas de limón, para servir

### Instrucciones:

Calentar el aceite de oliva en una cacerola mediana a fuego medio; añadir el ajo y la cebolla y cocine, revolviendo con frecuencia, hasta que estén fragantes, aproximadamente 2 minutos. Añadir 2/3 taza de agua, los pimientos, orégano, 1 cucharadita de sal y pimienta al gusto, llevar a ebullición a fuego alto y cocine hasta que los pimientos simplemente comiencen a ablandarse, de 2 a 3 minutos. Agregue el cuscús, cubre inmediatamente y retire del fuego. Dejar reposar, tapado, hasta que se absorba el líquido y el cuscús esté tierno, aproximadamente 7 minutos. Transferir a un plato o tazón grande y servir con rodajas de limón para exprimir.



## Septiembre: del arco iris Pimiento cuscus

el tiempo de preparación: Tiempo total: 22 minutos. Porciones: 4 porciones

### Ingredientes:

1 cucharada más 1 cucharadita de oliva virgen extra de aceite  
1 diente de ajo grande, picados  
1 chalote grande o media cebolla roja pequeña, picados  
3 rojo medio, amarillo, pimientos locales verde o naranja o una mezcla, finamente  
2 cucharaditas finamente picado orégano fresco  
sal Kosher y pimienta recién molida negra  
2/3 taza de trigo entero cuscús  
cuñas de limón, para servir

### Instrucciones:

Calentar el aceite de oliva en una cacerola mediana a fuego medio; añadir el ajo y la cebolla y cocine, revolviendo con frecuencia, hasta que estén fragantes, aproximadamente 2 minutos. Añadir 2/3 taza de agua, los pimientos, orégano, 1 cucharadita de sal y pimienta al gusto, llevar a ebullición a fuego alto y cocine hasta que los pimientos simplemente comiencen a ablandarse, de 2 a 3 minutos. Agregue el cuscús, cubre inmediatamente y retire del fuego. Dejar reposar, tapado, hasta que se absorba el líquido y el cuscús esté tierno, aproximadamente 7 minutos. Transferir a un plato o tazón grande y servir con rodajas de limón para exprimir.

