



# Mango Fried Quinoa

Suficiente pa: 4 persona

## Ingrediente

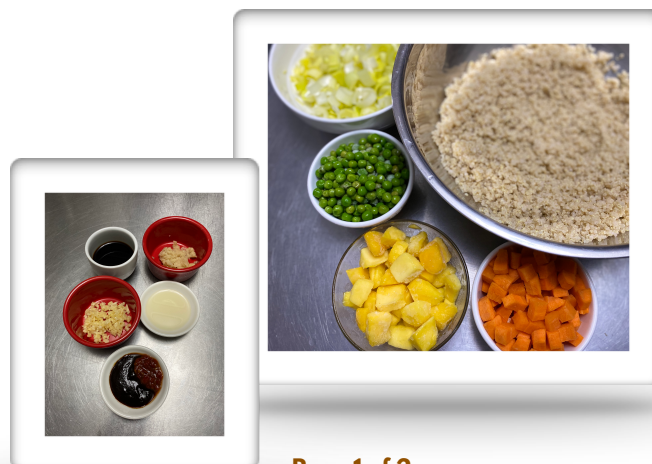
## Cantidad

### Pa e saus:

|                   |     |                                 |
|-------------------|-----|---------------------------------|
| Soy Sauce         | 4   | Cuchara                         |
| Hoisin Sauce      | 2   | Cuchara                         |
| Rice Wine Vinegar | 1   | Cuchara                         |
| Salo              | 1/8 | Telep                           |
| Sambal of Siracha | 1   | Telep (por usa mas si ta desea) |

### Berdura & Mango:

|                                              |       |                                                                                                                      |
|----------------------------------------------|-------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Olive Oil                                    | 2     | Cuchara                                                                                                              |
| Wortel - corta na bloki chikito              | 1     | Kopi                                                                                                                 |
| Prei - e parti blanco, corta na pida chikito | 2     | Kopi                                                                                                                 |
| Ginger - fresco (raspa)                      | 2 - 3 | Cuchara                                                                                                              |
| Knoflook                                     | 4     | Pida (corta chikito)                                                                                                 |
| Doperwten (Petit Pois) - frozen              | 1     | Kopi                                                                                                                 |
| Quinoa - cushina caba                        | 4     | Kopi (Bo no ta sigur cuanto Quinoa mester wordo herbi pa hanja 4 kopi di Quinoa cushina? <a href="#">Click AKI</a> ) |
| Mango - corta na bloki chikito               | 2     | Kopi (mi ta recomenda usa mango fresco, pero por usa frozen tambe si no tin mango fresco)                            |
| Mint                                         | 10    | Blachi (corta na pida fini)                                                                                          |





## Ban cushina!

1. Añadi tur e ingredientenan pa e saus den un comchi.
2. Pone e azeta den un panchi y hasa e wortel.
3. Agrega e prei y hasa e prei pa 2 minuut.
4. Awor agrega e knoflook y laga e knoflook hasa pa 1 minuut.
5. Añadi e ginger y despues agrega tur e ingredientenan di e saus y combina tur cos bon.
6. Agrega e doperwten y despues e quinoa.
7. Awor agrega e mango y combina tur cos bon.
8. Sirbi e quinoa cu un tiki di e mint riba di dje.

**Bon Appetit!**

