

# Cuscús de Pistacho de Granada

## Ingredientes:

- 1 1/2 taza de agua
- 1/4 cucharadita de canela molida
- 1 taza de cuscús de trigo integral
- 2 cucharadas de cilantro picado
- 2 cucharadas de pistachos picados sin sal
- 1/4 taza de semillas de granada
- 2 cucharaditas de ralladura de limón
- 1 cucharada de aceite de oliva virgen extra
- 1/8 cucharadita de sal



\*VEGANO



\*GLUTEN-FREE



\*SOY FREE



\*CONTAINS NUTS

## Nutrition Facts

Serving Size 3/4 cup (170g)	
Servings Per Container 4	
Amount Per Serving	
<b>Calories</b> 260	Calories from Fat 60
% Daily Value*	
<b>Total Fat</b> 6g	9%
Saturated Fat 1g	5%
Trans Fat 0g	
<b>Cholesterol</b> 0mg	0%
<b>Sodium</b> 85mg	4%
<b>Total Carbohydrate</b> 45g	15%
Dietary Fiber 8g	32%
Sugars 3g	
<b>Protein</b> 9g	
Vitamin A 2%	• Vitamin C 6%
Calcium 4%	• Iron 10%
*Percent Daily Values are based on a 2,000 calorie diet. Your daily values may be higher or lower depending on your calorie needs:	
	Calories: 2,000    2,500
Total Fat	Less than 65g    80g
Saturated Fat	Less than 20g    25g
Cholesterol	Less than 300mg    300mg
Sodium	Less than 2,400mg    2,400mg
Total Carbohydrate	300g    375g
Dietary Fiber	25g    30g
Calories per gram:	
Fat 9 • Carbohydrate 4 • Protein 4	

## Indicaciones:

1. Al agua hirviendo añadir canela, aceite de oliva y sal. Agregue el cuscús, cubra y retire del fuego. Dejar reposar 5-10 minutos.
2. Transfiera el cuscús a un tazón grande y pelusa con tenedor. Mezcle la hierba, los pistachos, la mitad de las semillas y la ralladura de limón. Espolvoree la parte superior del cuscús con las semillas de granada restantes.