

# Cuscús de verduras a la parrilla y burrata

Tiempo total **50 Mins.** 10 Mins. Tiempo de preparación **30 Mins.** Tiempo de cocción **10 Mins.** Tiempo de marinado

Información nutricional (por porción)  
**4061 kJ / 917 Kcal**

Grasas: **46 g** Proteínas: **23 g**  
Carbohidratos: **100 g**

## INGREDIENTES

2 porciones

**100 g** de cuscús  
**1** pepino  
**1** tomate grande  
**200 g** de zanahoria baby  
**200 g** de patata  
(alternativamente raíz de loto o raíz de bardana)  
**200 g** de remolacha  
**100 g** de nabo  
**1** cebolla roja  
**0,5** cabeza de ajo  
**6** de aceite de oliva  
**cucharadas**  
**0,5** limón (zumo)  
**1 cucharada** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada  
**0,5** de pimienta  
**cucharadita**  
**1 cucharada** de miel  
**80 g** de menta picada  
**Adicionales:**  
**120 g** de queso burrata  
**0,5** granada (semillas)  
**0,5 manojo** de perejil

## PREPARACIÓN

### Pasos 1

**100 g** de cuscús - **1** pepino - **1** tomate grande  
Vierta el cuscús en un bol grande y cúbralo con agua hirviendo hasta alcanzar una altura de 1 cm por encima de su superficie. Tápelolo y déjelo reposar durante 5 minutos. Corte el pepino y el tomate en dados y añádalos al cuscús. Mezcle bien.

### Pasos 2

**200 g** de zanahoria baby - **200 g** de patata - **200 g** de remolacha - **100 g** de nabo - **1** cebolla roja - **0,5** cabeza de ajo - **1 cucharada** de aceite de oliva  
Precaliente el horno a 190 grados Celsius. Lave, pele y corte las verduras en trozos más pequeños. Colóquelas en una bandeja de horno junto con media cabeza de ajo y rocíelas con una cucharada de aceite de oliva. Hornéelas durante unos 30 minutos hasta que estén tiernas y doradas.

### Pasos 3

**5 cucharadas** de aceite de oliva - **0,5** limón (zumo) - **1 cucharada** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada - **0,5 cucharadita** de pimienta - **1 cucharada** de miel - **80 g** de menta picada  
En un bol grande, mezcle el aceite de oliva, el zumo de limón, la salsa de soja, la pimienta, la miel y la menta picada. Machaque el ajo asado con un tenedor y añádalo al bol junto con el resto de las verduras asadas. Deje marinar por 10 minutos.

### Pasos 4

**120 g** de queso burrata - **0,5** granada (semillas) - **0,5 manojo** de perejil

Coloque la burrata en un plato y, encima, el cuscús y las verduras marinadas asadas. Rocíe con la marinada restante. Decore con granos de granada y hojas de perejil.