



Receta cedida por [Laura Kohan](#)



## Preparación

1. Cocer la Quinoa Real roja con 1 hojita de laurel hasta que esté tierna durante una media hora en 4 veces su volumen de agua. Colar y enjuagar con agua fría. Enjuagar también las judías azuki (si hemos usado las de lata). Si no las encontramos en lata, usamos secas: las ponemos 12 horas en remojo y cocemos en olla presión.
2. Picar la cebolla y pochar en un chorro de aceite de oliva extravirgen hasta que esté transparente. Cortar el tofu en taquitos y agregar a la cebolla con el comino y el pimentón. Remover todo un minuto y apartar del fuego.
3. Meter en el vaso de la batidora la Quinoa Real, las azuki, el salteado de cebolla, el tofu y una pizca de sal. Ir batiendo y añadiendo agua muy poco a poco hasta que todos los ingredientes se unan y quede con una textura cremosa para untar. Podemos reservar un puñado de Quinoa Real roja para mezclarle al paté terminado y darle una textura con partes crujientes.

## Paté antioxidante de Quinoa Real roja y azuki

### Ingredientes

75 grs. de Quinoa Real

---

200 grs. de azuki cocido (lata o 100 grs. seco)

---

1 hojita de laurel

---

75 grs. de tofu bio ahumado

---

½ cebolla roja

---

¼ cucharadita de comino molido

---

½ cucharadita de pimentón ahumado

---

Aceite de oliva extravirgen

---

Sal marina

---

Agua

---