



Rezept-Idee



Quinoa-Salat

leicht & lecker

Mehr Infos findet ihr hier!



Zutaten:

1 Gurke
1 Paprika
250 g Tomaten
300 g Quinoa
600 ml Gemüsebrühe
Etwas Olivenöl
Etwas dunkler Balsamico Essig
1 EL Honig
Salz
Pfeffer



15 Min. Zubereitungs-
+ 15 Min. Kochzeit



4 Portionen



Für eine fruchtige
Note mit Orange oder
Himbeere verfeinern!

Zubereitung:

1. Quinoa nach Packungsanleitung in Gemüsebrühe kochen.
2. Währenddessen das Gemüse in kleine Würfel schneiden.
3. Den abgekühlten Quinoa mit dem Gemüse in eine Schüssel geben.
4. Nach Belieben mit Olivenöl, dunklem Balsamico, Honig und etwas Wasser abschmecken.
5. Mit Salz und Pfeffer würzen und ca. 5 Min. abgedeckt im Kühlschrank ziehen lassen.

Tipp: Der Quinoa-Salat schmeckt auch mit vielen anderen Gemüsearten!

Guten Appetit!