

QUINOA SALAT

Zutaten für 10 Personen

| | |
|--------|--|
| 400 g | Quinoa |
| 1 Stk. | Zwiebel, klein geschnitten |
| 3 Stk. | Karotten, klein geschnitten |
| 1 Stk. | Kohlraben, klein geschnitten |
| 300 g | Feta* |
| 1 Bund | Basilikum, fein geschnitten (Alternative: getrocknet) |
| 1 Bund | Petersilie, fein geschnitten (Alternative: getrocknet) |
| | Salz |
| | Pfeffer |



Zubereitung

- Quinoa mit dreifacher Menge Wasser weichkochen. Erst danach mit Salz und Pfeffer würzen (verkürzt die Kochzeit).
- Das weich gekochte, gewürzte Quinoa mit dem Gemüse, den Kräutern und dem Feta in eine Schüssel geben und mit der Salatsauce servieren.

BALSAMICO SAUCE

Zutaten für 10 Personen

| | |
|-------|---------------------------------|
| 5 TL | Senf |
| 8 EL | Balsamico Essig |
| 10 EL | Olivenöl |
| | Salz |
| | Pfeffer |
| | Oregano, frisch oder getrocknet |

Zubereitung

- Die Gewürze und die Kräuter mit dem Essig und dem Senf gut vermischen, dann das Öl dazugeben und nochmals verrühren.

*Bei Allergien/ Intoleranzen findest du passende Alternativen in der Nahrungsmitteltabelle.