

„Quinoa-Taboulé“

(Taboulé au quinoa)

Übersicht	Zutaten
Gang : Vorspeise Portionen : 6 Schwierigkeitsgrad : Einfach Vorbereitungszeit : 20 Min.	<ul style="list-style-type: none">• 4 Tassen ETHIQUABLE Quinoa (8 Tassen Wasser)• 3 Tomaten• 1 Gurke• ½ rote Paprika• 1 weiße Zwiebel• Saft einer halben Zitrone• Olivenöl• Kleines Bündel Minze und Petersilie• Salz

Zubereitung

- *Das Quinoa waschen und in gesalzenem Wasser ca. 15 Min. kochen. Den Zitronensaft hinzufügen. Wenn es gar ist, abtropfen lassen und mit kaltem Wasser abschrecken. Dann salzen.*
- *Gurke, Tomaten, Zwiebel und Paprika in Würfel schneiden.*
- *Minze und Petersilie häckseln.*
- *Alles in eine Salatschüssel geben mit dem abgekühlten Quinoa und Olivenöl vermischen. Salzen und Pfeffer.*
- *Im Kühlschrank bis zum Servieren kühl halten*

Bereitgestellt durch Christophe

Bon appetit!