

Mediterraner Quinoasalat

1 l	Wasser	aufkochen und salzen
200-250 g	Quinoa*	dazugeben und zugedeckt 20 Min. bei kleiner Hitze quellen lassen
1	Zucchini) waschen, putzen
1	Aubergine mittelgroß) und in Würfel schneiden
3-4	Frühlingszwiebeln	in feine Ringe schneiden
1-2 EL	Öl*	in einer großen Pfanne erhitzen und Zwiebeln, Zucchini und Aubergine darin 3 - 5 Min. anbraten. Das Gemüse mit Salz*, Pfeffer* würzen und mit 3 EL Aceto Balsamico ablöschen und abkühlen lassen.

Die Quinoa in einem Sieb abgießen und gut abtropfen lassen.

7	Artischocken/Glas) in Würfel
6	getr. Tomaten) schneiden
6	Basilikumblätter	waschen, trocken tupfen, in feine Streifen schneiden.

Quinoa mit Artischocken und Tomaten vermischen. Den Quinoasalat auf 4 Teller geben und die Zucchini-Auberginenmischung darauf verteilen.

100 g	Schafskäse	darüber bröckeln und mit 1-2 EL Öl* beträufeln und mit 1 EL Aceto Balsamico mit Basilikumstreifen bestreuen.
-------	------------	--

Diese Produkte sind im Weltladen Walsrode, Moorstraße 27, erhältlich.