



Quinoasalat mit Avocado und Büffel-Mozzarella

Quinoa

- 125 g Quinoa in ein Sieb geben, unter heissem Wasser abspülen, abtropfen lassen
- 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Quinoa beifügen und etwas andünsten
- 3 ½ dl Gemüsebouillon ablöschen, zugedeckt 18-20 Min. garen. Nach Ende der Garzeit offen abkühlen lassen

Vinaigrette

- 5 EL Olivenöl in einer Bratpfanne erwärmen
- 5 Sardellenfilets hacken, im warmen Olivenöl auflösen
- 3 EL Gemüsebouillon dazu rühren, abkühlen lassen
- 1 TL Pul Biber (türkische Gewürzmischung)
1 TL Zucker dazu streuen
- Salz, Pfeffer aus der Mühle abschmecken
- 2 EL Rotweinessig
2 EL Zitronensaft dazu rühren, den Quinoa mit der Hälfte der Vinaigrette anmachen

Avocado und Mozzarella

- 2 Mini-Römersalate rüsten, waschen, trocken schleudern, quer in ca. 1 ½ cm breite Streifen schneiden, auf Tellern oder auf einer Platte auslegen. Quinoasalat darüber verteilen
- 1 Salatgurke waschen, Stielansatz und Ende abschneiden, ungeschält klein würfeln, dabei das Samengehäuse nicht verwenden. Die Gurkenwürfelchen über den Quinoasalat verteilen
- 1 Avocado halbieren, den Stein entfernen, schälen, in mundgerechte Stücke schneiden, über die Gurkenwürfelchen geben
- 1 Büffel-Mozzarella zerzupfen und über dem Salat verteilen
- gemischte Cherrytomaten waschen, halbieren, als Dekoration über den Salat geben
- 12 schwarze Oliven in breite Ringe schneiden, darüber geben
- ½ Bund Basilikum Blätter abzupfen, über dem fertigen Salat verteilen