Quinoa-salat

Opskrift af V-ZUG Ltd

Tilberedning	30 Min.
Hviletid	10 Min.
Tilberedningstid	30 Min.
Portioner	4
Apparat	CombairSteamer V2000 fra 2021

med tahini-dressing

Quinoa

150 g hvid quinoa

200 ml grøntsagsbouillon

100 ml æblesaft

1 spsk olivenolie

1 tsk ahornsirup

2 spsk rosiner

½ tsk ras el hanout

1 knsp gurkemeje

1 knsp kanel

½ chilibælg, hakket

½ tsk salt

Salat

1 agurk

1 mango

50 g saltede pistacier, uden skal, hakkede

3 kviste dild, hakket

3 kviste koriander, hakket

3 kviste persille, hakket

2 kviste mynte, hakket

Dressing

80 g tahini

75 ml lunkent vand

½ citron, kun saft

1 spsk olivenolie

1 knsp spidskommenpulver

1 knsp cayennepeber

½ tsk salt

Quinoa

Vask quinoa-salaten, og lad den dryppe af. Kom den i en porcelænsform sammen med de øvrige ingredienser; rør sammen.

Dampkog quinoa-salaten på en ovnrist på den midterste hylde ved 100 °C i 30 minutter.

Tag quinoa-salaten ud af ovnen, dæk den til, og lad den bløde op i mindst 10 minutter. Skil den ad med en gaffel.

Salat

Skræl agurken, og fjern kernerne. Skræl mangoen. Skær agurk og mango i 5 mm store terninger. Kom dem i en skål sammen med de resterende ingredienser, og bland dem med den lunkne quinoa-salat.

Dressing

Rør alle ingredienser godt sammen i en skål.

Anretning

Bland dressingen med den endnu lunkne quinoa-salat.

Tilberedelsestrin

Dampning 100 °C i 30 Min.

Tilbehør

Ovnrist

Porcelænsfad med ca. 1 l volumen

Yderligere oplysninger

Oprettet den	08.08.2025