



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 ovnrister 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

Ovnrister
Porcelænsfad med ca. 1 l volumen





Yderligere oplysninger

Oprettet den

08.08.2025

