

# Quinoa Salat

Serviert am Superfood Festival 2018, ZHAW Wädenswil

Rezept für 4 Personen

4 Stängel Amelia Mango säuerlich *	über Nacht in Wasser einlegen und dann in Streifen schneiden ca. 10 Min. kochen
200 g Quinoa-Körner (rot, weiss, schwarz, je nach Geschmack) *	
1/4 Salatgurke	in Würfel
1 - 2 Rüebli	in Würfel
1 Esslöffel Cranberry (oder alternativ andere gehackte Trockenfrüchte*)	
1 Bund Petersilie	gehackt
1 Hand voll Cherry-Tomaten	halbieren
	alles zusammen mischen.

## Sauce:

2 EL Olivenöl (z.B. Zeit al Zaitoun aus Palästina) \*  
1 Zitrone Saft  
Salz und Pfeffer \*

Guten Appetit.



\* Produkte erhältlich im claro Weltladen Wädenswil, Gerbestrasse 7,  
8820 Wädenswil, [info@clarowaedi.ch](mailto:info@clarowaedi.ch), [www.clarowaedi.ch](http://www.clarowaedi.ch)