

Asiatisk quinoasalat

Opskrift til 4-6

Forberedelsestid

15 minutter

Tilberedelsestid

15 minutter

Samlet tid

20 minutter i alt

Ingredienser

- 100 g quinoa (målt inden det koges)
- 1 stor gulerod
- 1/2 rødkålshoved (lille)
- 1 pak choi
- 1 rød peber
- 2 avocadoer
- 2 forårsløg
- 150 g edamame bønner
- top med persille og knuste peanuts

Dressing

- 3 spsk. peanutbutter
- 3 spsk. soya
- 2 spsk. olie
- 3 spsk. vand
- saft fra 1 lime + lidt af skallen
- 3 cm frisk ingefær, skrællet og revet
- 1/3 ts. chilipaste eller sambal oelek, kan også erstattes af frisk chili
- 1 spsk. hvidvinseddike

Sådan gør du

1. Skyl quinoa grundigt i koldt vand, kog det efter pakkens anvisning og skyl igen i koldt vand.
2. Bland dressingen sammen i en skål
3. Snit grøntsager og bland sammen i en stor skål, jeg foretrækker kål og pak chok snittet ren fint og gulerødderne skærer jeg i strimler.
4. Vend det rundt i dressingen og server med hakkede salte peanuts og persille