

Špenátový salát s quinoou

Počet porcí: 4

Doba přípravy: 20 minut

Bez lepku

Postup přípravy

Quinou vaříme 10 minut a 5 minut necháme odstát. Scedíme a necháme vychladnout. Cibulku a česnek (1 stroužek) osmažíme a přidáme špenát. Vaříme asi minutu. Špenát nesmí úplně změkknout. V misce promícháme quinou se smaženým špenátem, žampiony (10 žampionů) a nakrájenými cherry rajčátky (10 ks). Dochutíme sojovou omáčkou (2 PL), sezamovým olejem (2 PL) a lžící octa (Vinagre de Jerez).

Ingredience

- **Rajčata** - 100 g
- **Špenát porcovaný hluboce zmrazený 400 g** - 400 g
- **Česnek** - 3 g
- **Cibulka jarní** - 40 g
- **Ocet Balsamico** - 10 g
- **Žampion zahradní 500 g** - 200 g
- **Bez lepku Sójová omáčka 160 ml** - 20 g
- **ARAX Quinoa tříbarevná (červená + bílá + černá) 200 g** - 200 g
- **Lněný olej 250 ml** - 20 g

