



Wat heb je nodig? (3 porties)

GROTE HAND OESTERZWAMMEN, GESCHEURD
KLEIN BAKJE KASTANJECHAMPIGNONS, GROF
1 AVOCADO, IN BLOKJES
3 KOPJES QUINOA
6 KOPJES WATER
3 BOSUITJES, IN RINGETJES
KLEIN HANDJE KORIANDER, GROF GESNEDEN
3 EL SESAMZAADJES
WOK-/KOKOSOLIE
1 EL SESAMOLIE
PEPER EN ZOUT NAAR SMAAK

OOSTERSE QUINOASALADE 1

Wat moet je doen?

KOOK DE QUINOA IN HET WATER IN ZO'N 10-15 MINUTEN MET DEKSEL OP DE PAN GAAR, LAAT DAARNA NOG 5 MINUTEN AFGEDEKT STAAN. GIET AF EN LAAT UITLEKKEN IN EEN ZEEF. ROOSTER ONDERTUSSEN DE SESAMZAADJES GOUDBRUIN IN EEN KOEKENPAN ZONDER OLIE EN BEWAAR DE ZAADJES IN EEN BAKJE. VERHIT DE OLIE IN DE KOEKENPAN EN VOEG DE GESCHEURDE OESTERZWAMMEN TOE. BAK EERST OP MIDDELHOOG VUUR EN DAARNA NOG EVENTJES OP LAGER VUUR.

VOEG, ALS DE OESTERZWAMMEN MOOI BRUIN EN KNAPPERIG ZIJN, DE CHAMPIGNONS TOE EN BAK DIE NOG EVEN MEE TOT ZE MOOI BRUIN VAN KLEUR ZIJN. BRENG DE PADDENSTOELEN OP SMAAK MET ZWARTE PEPER. DOE DE PADDENSTOELEN IN EEN GROTE SCHAAL EN VOEG DE SESAMZAADJES TOE, ROER GOED DOOR TOTDAT DE SESAMZAADJES MOOI AAN DE PADDENSTOELEN BLIJVEN KLEVEN.

VOEG DE GEKOOKTE QUINOA EN OVERIGE INGREDIENTEN TOE AAN DE PADDENSTOELEN EN HUSSEL GOED DOOR ELKAAR. BRENG EVENTUEEL OP SMAAK MET EXTRA PEPER EN ZOUT.

GENIET ERVAN!