



EXTREME DINING  
divine catering



Beilage

## Kräuter-Quinoa

### Zutaten

Für 4 Personen

300 g Quinoa  
30 g Kräuterbutter  
wenig frische Pfefferminze  
1 Stk. Tomate  
1 Stk. Zwiebel  
2 Stk. Knoblauchzehen  
wenig frischer Koriander oder  
andere Kräuter

### Zubereitung

1. Quinoa in der Pfanne mit doppelter Menge von Wasser aufkochen. Wasser leicht salzen und 4 bis 6 Minuten auf kleiner Stufe kochen lassen.
2. Tomaten vierteln, das Tomatenmark herauschneiden und dann in kleine Würfel schneiden.
3. Knoblauch, Zwiebel und Pfefferminze fein schneiden. Je nach Belieben weitere Kräuter oder Gemüse fein schneiden.
4. Quinoa vom Herd nehmen, Wasser abtropfen und alle Zutaten daruntermischen.
5. Sofort servieren und mit einem Pfefferminzblatt garnieren.

Weitere Rezepte auf  
[www.lifechannel.ch/kochtipp](http://www.lifechannel.ch/kochtipp)  
Foto (c) Fotolia

