

UNSER



REZEPT

DER WOCHE

GURKEN-SALAT

MIT WASSERMELONE & QUINOA

Zutaten		Zubereitung
150 g	Quinoa	1. Das Quinoa nach Packungsanleitung zubereiten.
1 – 2 ¼ kleine 1	Gurken Wassermelone Jungzwiebel/ kleine Zwiebel	2. Gurke und Wassermelone in ca. 1 cm ² große Würfel schneiden. Die Zwiebel fein klein schneiden.
		3. Das gekochten Quinoa mit den Gurken, Wassermelone und Zwiebeln vermischen.
1 2 EL	Zitrone Olivenöl	4. Den Salat mit Zitronensaft und Olivenöl anmachen.
1 TL etwas etwas	Salz Pfeffer frische Minze	5. Mit Salz, Pfeffer und kleingehackter Minze abschmecken.

TIPP: Den Salat über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen, dann schmeckt er besonders gut!

TIPP 2: Optional noch einen Block Feta-Käse in den Salat krümeln.