

QUINOA MET GEGRILDE GROENTEN

INGREDIËNTEN

- 1 zakje quinoa
- 9 dl water
- Kippenbouillon
- 1 courgette
- 1 aubergine
- 1 rode, 1 groene & 1 gele paprika
- 3 uien
- 2 takjes kersttomaten
- ½ bolletje scamorza(*) (gerookte mozzarella)
- 1 teentje look
- Tijm, oregano
- Grof zeezout en olijfolie

* Te verkrijgen bij Kaas&Co

BEREIDINGSWIJZE

1. Laat 1 zakje quinoa koken in 9 dl water met wat kippenbouillon. Laat het water weggkoken gedurende 10 min en laat de quinoa opzwellen. Laat afkoelen.
2. Snij de paprika's, de courgette en de aubergine in blokjes van 2cm. Snij de uien in repen en was de kersttomaten.
3. Doe de groentjes in aparte schalen. Besprenkel ze met olijfolie en bestrooi met gesneden look, tijm, oregano en grof zeezout en meng.
4. Grill de groenten in de oven op 180 graden. De paprikablokjes gedurende 20 minuten, de courgette, de aubergine en de uien 15 minuten en de tomaatjes 10 minuten. Laat afkoelen.
5. Snij ½ bolletje scamorza in blokjes.
6. Meng de quinoa, de kaas en de groenten door elkaar. Plaats de tomaatjes bovenop.
7. Kan koud of licht opgewarmd gegeten worden.

