

### Quinoa Salat mit Sprossen

#### Zutaten

1 große Tasse Quinoa\*  
½ l Wasser  
Salz  
5 Essl.  
Olivenöl  
½ Teel. Curry mittelscharf\*  
½ Teel. Paprika edelsüß\*  
1 Teel. Currypaste Madras von DWP\*  
1-2 Knoblauchzehen  
Saft von 1 Zitrone  
1 Essl. Rosinen\*  
gemischte Salatsprossen



\*in unserem Weltladen erhältlich

---

#### Zubereitung:

Quinoa mit einem halben Liter Salzwasser aufkochen und ca. 20 Minuten bei geringer Temperatur ausquellen lassen. In einem Sieb abtropfen lassen.

Knoblauch längs halbieren, Keim entfernen und in Scheiben schneiden.

Olivenöl erhitzen, Knoblauchscheiben hellbraun anbraten (nicht zu lange!) und den Topf vom Herd nehmen.

Nun die Madrascurry-Paste, Paprika und Curry in das heiße Öl hineinrühren, Zitronensaft unterrühren.

Die noch warme Quinoa in den Topf geben und mit dem heißen Gewürzöl vermischen. Rosinen hinzufügen und etwas ziehen lassen. Währenddessen die Sprossen abbrausen, trocken tupfen und unter die abgekühlte Quinoa heben. Lauwarm oder (im Sommer) kalt servieren.

Dazu passt gut ein Lammkotelet, ein gegrilltes Hühnerbein oder Köfte.

Guten Appetit!

Viel Freude mit diesem Rezept wünscht Ihnen

Ihr Weltladen-ZeichenDerZeit Team!