

Quinoasalade met gebakken ei en limoendressing



25 minuten



1 persoon



VOEDINGSWAARDE

Energie	521 Kcal
Koolhydraten	39.6 g
Eiwitten	21.9 g
Vet	25.6 g
Vezels	0 g

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 50 g quinoa, ongekookt
- 2 eieren
- 100 g komkommer in stukjes
- 100 g cherrytomaatjes, gehalveerd
- 100 g gele paprika in stukjes
- 1 ½ el olijfolie
- 1 el limoensap
- ½ teentje knoflook, geperst
- Paar blaadjes verse munt
- Peper
- Zout

BEREIDINGSWIJZE

Kook de quinoa volgens de aanwijzingen op de verpakking. Laat even afkoelen. Maak de dressing door een eetlepel olijfolie, limoensap en de knoflook goed met elkaar te mengen. Breng op smaak met peper en zout. Verhit een halve eetlepel olijfolie in een koekenpan en bak de eitjes. Meng de quinoa met de komkommer, tomaatjes en de gele paprika. Leg het gebakken ei erbovenop en besprenkel met de dressing. Garneer met de verse munt.

TIP: OOK LEKKER
OM DE SALADE OP
HET LAATST DE
BESTROOIJEN MET
WAT SESAMZAADJES