

Quinoa-Gemüsepfanne mit Feta

Zutaten für 4 Personen

125 g Quinoa (Inkareis)
200 g Fetakäse
1 rote Zwiebel
200 g Zucchini
200 g Paprikaschote
200 g Champignons
4 EL Olivenöl
3 EL Weißweinessig
1 TL Spicy's Kalimera
1 Prise Zucker

Zubereitung

Quinoa waschen, in einem Topf 15 Minuten köcheln und anschließend auskühlen lassen.

In der Zwischenzeit das Gemüse vorbereiten. Dazu Zucchini und Paprikaschote waschen und in Streifen schneiden. Champignons putzen und vierteln. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden. Fetakäse grob würfeln. Zwiebeln und Fetakäse bis zum Servieren in den Kühlschrank stellen.

Das Gemüse in einer Pfanne in mehreren kleinen Portionen mit Olivenöl kurz anbraten und in eine Schüssel geben. Mit Weinessig, einer Prise Zucker und Spicy's Kalimera würzen. Für den extra Schärfekick Chiliflocken untermischen.

Gemüse und Quinoa mischen, in einer Schüssel anrichten und mit den Fetakäse Würfeln und den Zwiebelringen garnieren.