

Superfood-Salat mit ROUGETTE Landkäse

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

2 Packungen (à 180 g)
ROUGETTE Landkäse
 250 g Quinoa
 750 ml Gemüsebrühe
 1 kleiner Granatapfel
 100 g Babyspinat
 2 rote Äpfel
 1 Avocado
 2 EL Limettensaft
 50 g flüssiger Honig
 50 g Senf
 2 EL Walnussöl
 Salz
 Pfeffer



ZUBEREITUNG:

1. Quinoa in kochender Brühe zugedeckt ca. 10 Minuten köcheln lassen. Topf vom Herd nehmen. Quinoa zugedeckt ca. 5 Minuten quellen lassen. Inzwischen Granatapfel halbieren und Kerne herauslösen. Spinat verlesen, waschen und trocken schütteln.
2. Äpfel waschen, entkernen und in Würfel schneiden. Avocado halbieren und entkernen. Das Fruchtfleisch aus der Schale lösen und würfeln. Äpfel und Avocado mit Limettensaft beträufeln. ROUGETTE Landkäse in Streifen schneiden. Honig, Senf, Salz und Pfeffer verrühren. Öl unterrühren. Quinoa, Käse, Spinat, Avocado und Äpfel in Schalen anrichten. Granatapfelkerne darüberstreuen. Mit Dressing beträufeln.

ZUBEREITUNGSZEIT:

ca. 30 Minuten.

Pro Portion ca. 3610 kJ, 860 kcal, E 23 g, F 53 g, KH 70 g