

ZUTATEN

1 Packung Garden Gourmet Vegane Falafel
200 g Quinoa
100 g frischer Babyspinat
1 Frühlingszwiebel
100 g Granatapfelkerne
4 EL natives Olivenöl
1 EL Harissa
etwas Zitronensaft
etwas frische Minze
etwas Granatapfelmelasse
Salz und Pfeffer



Dieser Falafel Salat ist perfekt für ein leichtes Abendessen, ein leckeres Mittagessen oder um ihn jederzeit mit Freunden zu teilen! Peppe deinen gewohnten Salat mit diesem veganen Rezept auf!

EMPFOHLENE ZUBEREITUNG

1. Quinoa kochen

Einige Esslöffel Olivenöl unter die ungekochte Quinoa mischen. Mit kochendem Wasser gemäß dem Rezept auf der Packung übergießen und quellen lassen.

2. Quinoa-Salat-Grundlage zubereiten

Die Frühlingszwiebel in dünne Ringe schneiden und ein paar Blätter Minze abzupfen. Die Quinoa mit einer Gabel auflockern, mit Zitronenschale, -saft, Salz und Pfeffer würzen und Frühlingszwiebel, Minze, Spinat und Granatapfelkerne unterheben.

3. Salat Dressing zubereiten

Das Harissa mit der Granatapfelmelasse, dem Zitronensaft und dem Olivenöl zu einem Dressing verrühren.

4. Alles zusammenstellen und genießen!

Die Garden Gourmet Vegane Falafel nach den Anweisungen auf der Verpackung zubereiten. Den Salat in eine Schüssel geben. Die Garden Gourmet Vegane Falafel darauf verteilen und mit dem Dressing beträufeln. Zusätzlich mit dünn geschnittenen Frühlingszwiebeln und Minze garnieren.

ENTDECKE NOCH MEHR REZEPTE AUF GARDENGOURMET.DE