Quinoa-Salat mit Edamame & Randen

Dieses Rezept für Quinoa-Salat mit Edamame & Randen setzt auf unkomplizierte Zutaten, klare Aromen und eine Textur, die deutlich spannender wirkt als eine reine Alltagslösung. Das Dressing darf ruhig kräftiger schmecken, bevor es zum Salat kommt. Erst zusammen mit den übrigen Zutaten entsteht die richtige Balance aus Säure, Würze und Frische. Für 4–6 Personen ist das ein unkomplizierter Snack oder kleiner Auftakt. Mit etwa 25 Minuten bleibt die Zubereitung entspannt und eignet sich gut zum Teilen.

4–6 Portionen | 25 Min. | 22 g Protein | 100% vegan

Zutaten

- 200 g Quinoa
- 200 g Edamame
- 2 Randen (gekocht)
- 2 EL Olivenöl
- 1 EL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer

Zubereitung

01 Quinoa kochen, Edamame kurz blanchieren, Randen würfeln und anschliessend kurz ausdampfen lassen.

02 Alles vermengen, mit Öl, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

03 Dressing beziehungsweise Würzkomponenten separat verrühren und erst kurz vor dem Servieren mit den übrigen Zutaten verbinden.

04 Direkt servieren oder bis zum Servieren passend warm beziehungsweise kühl halten.