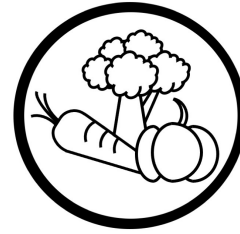


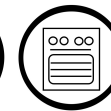
Quinoa Broccoli Auflauf



4 Portionen



Vorbereitung
20 Minuten



180°
20 Minuten



Vegi



Laktose
frei



Vegan

200g Quinoa
400g Bouillon

Das Quinoa gemäss Packungsanleitung waschen und weich kochen. Ich empfehle, das Quinoa mit Bouillon zu kochen, da es dadurch noch köstlicher wird.

1 Broccoli

Den Broccoli waschen, die Röschen vom Stiel trennen und den Stiel schälen. Anschliessend den Stiel in Würfel schneiden. Bitte verwende auch den Stiel vom Broccoli, da er geschmacklich der beste Teil des Gemüses ist.

1 rote Peperoni

Peperoni waschen, entkernen und in Würfelchen schneiden. Quinoa und Broccoli in einer Gratinform vermischen, Peperoni Würfel darüber verteilen, Kokosmilch darüber giessen und mit Chiliflocken würzen.

½ L Kokosmilch
Chiliflocken

Im vorgeheizten Ofen bei 180°C etwa 20 Minuten gratinieren und heiss servieren

