

Quinoasallad med mango och grillad persika

Serveras tillsammans med vitlöksbröd

Ingredienser 8 portioner

2,5 dl Quinoa tricolor
5 dl Vatten
½ tsk Salt
1 msk Citronolivolja
1,5 Lime
1 Normalstor Rödlök
1 Mango
3 Persikor
65 g Rucolasallat
Salt
Pepparblandning
2 msk Smör
2 msk Honung
1 Baguette
3 msk rumsvarmt Smör
1 Vitlöksklyfta
2 msk Persilja

Gör så här

Sallad

1. Skölj quinoan i varmt vatten och låt den rinna av.
Koka upp vatten och salt. Tillsätt quinoan och rör om.
Sjud under lock i cirka 12 minuter.
Låt svalna.
2. Skölj persikorna. Dela var och en i 6-8 klyftor.
Smält smöret och honungen tillsammans i en kastrull.
Pensla persikoklyftornas snittytor med smör-honungsblandningen.
Grilla i grillpanna med lite citronolivolja på relativt hög värme tills klyftorna fått ”grillränder”. Låt svalna.
Dela klyftorna i 3 bitar.
3. Blanda quinoan med citronolivoljan och pressad lime.
4. Skala och skär rödlöken i tunna klyftor. Skala och skär mangon i ca 1 – 2 cm kuber.
5. Blanda alltihop i en stor skål med rucolasallat precis innan serveringen. Smaka av med salt och peppar.

Vitlöksbröd

Sätt ugnen på 150 grader.
Pressa vitlöken i smöret. Tillsätt persiljan och rör ihop smöret.
Dela baguetten i lämpliga bitar. Skär en skåra i varje bit och lägg i en klick vitlökssmör
Gratinera i ca 5 minuter.