

Rezept

Kürbis-Quinoa-Hummus-Bowl

Anzahl Portionen: 2 Portionen

Zubereitungszeit: 10 min



Zutaten

1 Packung (à 400 g) iglo VEGGIE LOVE Kürbis Quinoa
1 Romanasalat
Essig
Olivenöl
Salz
Pfeffer
200 g Hummus

Zubereitung

1. **iglo VEGGIE LOVE Kürbis Quinoa** nach Packungsanweisung zubereiten.
2. Salat waschen, abtropfen lassen und in feine Streifen schneiden.
3. Aus Essig, Öl, Salz, Zucker und Pfeffer eine Vinaigrette anrühren.
4. Hummus in Gläser mit Schraubverschluss geben. Leicht ausgekühltes iglo VEGGIE LOVE Kürbis Quinoa darauf verteilen und mit Salat toppen. Vinaigrette darüber geben und Glas verschließen.

Pro Portion: ca. 2150 kj, 514 kcal, E 14 g, F 35 g, KH 32 g