

Edamame Kinoa Salatası

Toplam 30 dk

Hazırlama 15 dk · Pişirme 15 dk

3 kişilik

Kolay

~248 kcal

Açılış 5/10

Edamame kinoa salatası bitkisel protein ve hafif tahınlardan oluşan kasede buluşuran güncel bir öğle tabağıdır.

Malzemeler

- 1 su bardağı Kinoa
- 1 su bardağı Edamame
- 1 adet Salatalık
- 1 tatlı kaşığı Susam
- 1 yemek kaşığı Limon suyu

Yapılış

- Yeşillikleri ve ana malzemeleri ayrı ayrı soğlama aşamasında kase kalabalıklaşmasın.
- Kinoayı 12 dakika haşlayıp soğutun.
- Edamame ve doğranmış salatalığı kinoaaya ekleyin.
- Limon suyu ile karıştırıp susamla servis edin.
- Servis öncesi 5 dakika dinlendirin, sos tanelere işlesin diye sonra tabaklayın.
- Karışımı geniş tabağa alıp yeşillikler ezilmesin diye üstten bastırmayın.

PÜF NOKTASI

Kinoayı tamamen soğutmak salatanın taneli kalmasını sağlar.

SERVIS ÖNERİSİ

Üzerine susam serpererek serin servis edin.

Alerjenler

Soya

Susam