







Freude am Kochen-
einfach gemacht!



HelloFresh.ch ■ kundenservice@hellofresh.ch

KW46
2016 Teile Deine Bilder mit dem Hashtag #HellofreshCH bei uns auf    

Geröstete Radiesli auf rotem Quinoa mit gerösteten Erdnüssen

Ja, Radieschen können mehr, als nur in den Salat zu springen. Im Backofen geröstet sind sie mindestens ebenso lecker, zumindest, wenn Du sie vorher mit den richtigen Zutaten vermischt. Mit diesem Rezept kannst Du bestimmt auch Gäste begeistern. Lass Dir das neue Geschmackserlebnis schmecken!

 35 min.

 Stufe 2

 veggie



Radiesli



Paprikapulver



Knoblauchzehe



roter Quinoa



Erdnussbutter



Soja-Sauce



Joghurt



Erdnüsse



Honig

Zutaten in Deiner Box	2 Personen	4 Personen
Joghurt 7)	90 g	180 g
Paprikapulver, edelsüss 15)	1 g	2 g
Erdnussbutter 5)	15 g	30 g
Honig	25 g	50 g
Soja-Sauce 1) 6)	10 ml	20 ml
Quinoa, rot	150 g	300 g
Knoblauchzehe	1	2
Radiesli	2 Bund mit 12 Stück	4 Bund mit 12 Stück
Erdnüsse 5) 15)	40 g	80 g

Gut im Haus zu haben

Gemüsebouillon, Honig, Olivenöl, Salz, Pfeffer

Was zum Kochen gebraucht wird

Backofen, grosse Schüssel, Backpapier, Backblech

⊕ Ggf. auch für andere
Rezepte verwenden

Allergene

1) Gluten 5) Erdnüsse

6) Soja 7) Lactose

15) kann Spuren von
Allergenen enthalten

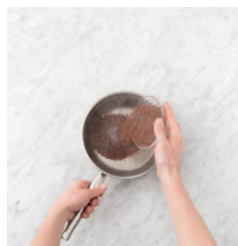
Nährwerte pro Person

Kalorien: 686 kcal

Kohlenhydrate: 60 g

Fett: 38 g, Eiweiss: 19 g

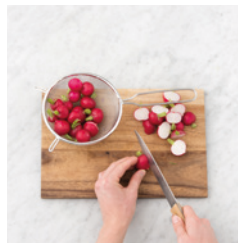
Ballaststoffe: 9 g



1 Backofen auf 200 °C Ober-/Unterhitze vorheizen.

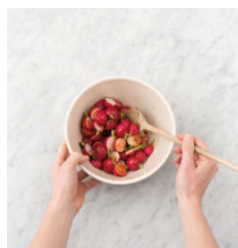
2 Quinoa nach Packungsangabe, oder 10–15 Min. in Gemüsebouillon garen.

3 Radiesli waschen und beim Putzen ca. 1–2 cm vom Strunk noch dran lassen. Ein paar schöne Blätter als Dekoration aufbewahren. Dann die Radiesli halbieren. Knoblauch abziehen und fein hacken.



4 In einer grossen Schüssel Honig, 1 EL Olivenöl, Paprikapulver, Knoblauch, Salz und Pfeffer verrühren. Die Radiesli zugeben und alles gut vermischen. Auf ein mit Backpapier belegtes Backblech verteilen und im Backofen ca. 10–15 Min. backen.

5 Für das Dressing: Erdnussbutter, Soja-Sauce, 2 EL Olivenöl und Joghurt zu einer gleichmässigen Masse verrühren.



6 Quinoa auf einen flachen Teller verteilen, Radiesli darauf anrichten und mit Erdnüssen bestreuen. Das Dressing aussen herum träufeln und mit ein paar Radiesliblättern dekoriert geniessen.

