

Quinoasalat mit Erbsen



Zutaten

250g	gekochte, kalte Hülsenfrüchte
200g	gekochten Quinoa
1	kleine rote Zwiebel
1	süßsaurer Apfel
6-10 Stängel	Petersilie oder Koriandergrün
3cm	Ingwerknolle
3	Limetten
1 EL	Olivenöl
Gewürze	Kurkuma, Schwarzer Pfeffer, gemahlener Kreuzkümmel, Zimt (je ½ - 1 TL)
2 EL	Kokosflocken/-raspel oder 1 EL Hanfsamen