

# Quinoa-Gyros-Salat mit fruchtigem Joghurt-Aprikosen-Dressing

Von Solveig Goldschmidt-Sax

## Du brauchst (für 6 Portionen):

- 400 g Quinoa
- 3 Stangen Stangensellerie
- 1 Fenchel
- 2 Karotten
- 1 Brokkoli
- 1/2 Gurke
- 250 g Sojaschnetzel
- Petersilie

## Gyros-Marinade:

- 2 TL Kreuzkümmel
- 2 TL Knoblauch(pulver)
- 3 TL Paprikapulver
- 2 TL Kurkuma
- 1 TL Chili
- 1/2 TL Rauchpaprika
- 1 TL Ceylon-Zimt
- 3 EL Zitronensaft
- 2 EL Sojasauce
- 3 EL Tomatenmark
- 10 EL Olivenöl extra nativ
- Salz/Pfeffer

## Joghurt-Aprikosen-Dressing:

- 500 g Sojajoghurt
- 3 EL Zitronensaft
- 2 EL Tahini
- 10 getrocknete Aprikosen
- 1,5 EL Ahornsirup
- Salz/Pfeffer

## Und so geht's:

1. Quinoa in einem feinen Sieb gut waschen und nach Packungsanweisung zubereiten.
2. Stangensellerie, Fenchel und Gurke in kleine Würfel schneiden. Brokkoli und Karotten kurz im Hochleistungsmixer klein schreddern.
3. Sojaschnetzel in eine Schüssel geben und mit heißer Gemüsebrühe übergießen. 10 Minuten quellen lassen und anschließend mit den Händen das Wasser gut ausdrücken.



4. Für das Salatdressing Aprikosen in kleine Stücke schneiden und mit den restlichen Zutaten verrühren bzw. mixen.
5. Für die Gyros-Marinade alle Zutaten verrühren und mit den Sojaschnetzen vermengen. Mit Olivenöl in einer Pfanne knusprig anbraten.
6. Alle Komponenten in eine Salatschüssel geben und mit Rapsöl, Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Petersilie bestreuen.