QUINOA UND KUERBIS ZUM FRUESTUECK

für 1 Person

ZUTATEN

60 g Quinoa
50 g Kürbispüree
1 EL Agavendicksaft
2 EL gepuffter Quinoa
1 rote Pflaume
1 EL Walnüsse
1 EL getrocknete Cranberries

ZUBEREITUNG

Den Quinoa nach Packwungsanweisung zur Hälfte mit Milch und zur Hälfte mit Wasser zubereiten. Etwa 5 Minuten vor Ende der Garzeit den Agavendicksaft und das Kürbispüree unterrühren. Die Pflaume halbieren, entkernen und in Spalten schneiden. Die Walnüsse grob hacken. Das Kürbis-Quinoa zusammen mit dem gepufften Quinoa, der Pflaume, den Walnüssen und den Cranberries servieren.