



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Jambalaya med quinoa og fetaost

Jambalaya

1 stk hvitløksfedd
1 stk sjalottløk
1 stk søtpotet
1 stk selleristang
1 pakke svarte bønner
1 pakke chipotlemiks
1 pakke basilikum og oregano
1 boks hakkede tomater
1 pakke grønnsaksbuljong
200 g ferdigkokt quinoa
3 dl vann ^B

Topping

½ pakke vårløk
1 bunt bladpersille
50 g fetaost

Tilbehør

50 g spinat

olje ^B
salt ^B
pepper ^B
olivenolje ^B

^B Basisvare

- 1. Jambalaya:** Skrell og finhakk hvitløken. Skrell og kutt sjalottløken i terninger. Skyll søtpoteten. Kutt søtpoteten og selleristangen i mindre biter. Sil laken av bønnene, og skyll dem i kaldt vann.
- 2. Jambalaya, fortsettelse:** Varm opp en tykkbunnet kjele til middels høy varme, og ha i litt olje. Stek hvitløken, sjalottløken, søtpoteten, selleristangen, 1 ts av chipotlemiksen og halvparten av basilikum- og oreganokrydderet i 2–3 minutter. Tilsett bønnene, de hakkede tomatene, grønnsaksbuljongen, 3 dl vann, og la det hele småkoke under lokk i omtrent 10 minutter. Ha i quinoaen og kok videre i 3 minutter. Smak til med salt og pepper, og mer av chipotlemiksen.
- 3. Topping:** Skyll og tørk vårløken og bladpersillen. Kutt vårløken i skiver og finhakk bladpersillen. Smuldre fetaosten over jambalayaen, og topp det hele med bladpersillen og vårløken.
- 4. Tilbehør:** Skyll og tørk spinaten, og topp med litt olivenolje.
- 5. Vel bekomme!**



TIPS!

Tilsett litt tabasco og tamarisau i jambalayaen for en mer autentisk smak. Har du kapers i kjøleskapet, tilsett gjerne 3–4 ts for mer umami.