QUINOATALER

Zutaten:

- 100g gekochten Spinat (oder Federkohl, Mangold - je nach Saison)
- 100g Fetakäse
- 100g gekochter Quinoa
- 2 Eier
- 1 Handvoll Peterli
- Kräutersalz & Pfeffer (nicht für das Kleinkind)

Zubereitung:
Quinoa in einem Sieb gut durchspülen und mit doppelter Menge Wasser rund 20 Minuten kochen (Packungsanleitung beachten!). Abkühlen lassen. Spinat mit wenig Wasser dämpfen, bis er zusammenfällt.

Quinoa mit allen restlichen Zutaten gut vermischen und Teig etwa 20 Minuten ruhen lassen. Anschliessend die erste (Kinderportion) Quinoataler in etwas Olivenöl beidseitig anbraten. Währenddessen den restlichen Quinoataler-Teig kräftig würzen und ebenfalls anbraten.

Für die Nichtkleinkind-Protion braucht ihr zusätzlich:

- Burgerbrot
- Blattsalat
- Rüebli-Selleriesalat
- Frenchsauce

Rüebli-Selleriesalat mit Frenchsauce vermengen. Blattsalat waschen. Burgerbrot kurz toasten. Alles einschichten und einen VORZÜGLICHEN vegetarischen Burger geniessen.