

# Quinoa met gegrilde groenten en feta



## Ingrediënten

(voor 4 personen)

- 1 courgette
- 2 kleine aubergines
- 3 paprika's
- 2 rode uien
- 200 gram snoeptomaatjes
- 400 gram feta
- 200 gram quinoa
- olijfolie
- peper en zout
- gedroogde Italiaanse kruiden

## Bereiding

Leg de snoeptomaatjes nog even apart en snijd alle andere groenten alvast in grove stukken.

Bekleed een bakplaat met bakpapier en leg er de gesneden stukken groenten op. Meng ze met voldoende olijfolie en met peper, zout en de Italiaanse kruiden naar eigen smaak. Zet de bakplaat vervolgens ongeveer 20 minuten in de oven op 220 graden en grill de groenten. Kook ondertussen de quinoa en snijd de feta in blokjes. Voeg na 20 minuten de snoeptomaatjes toe aan de bakplaat en grill deze nog zo'n 10 minuutjes mee. Je kunt de tomaatjes zowel in hun geheel mee grillen of een keer doormidden snijden. Hussel de groenten voor deze laatste 10 minuten nog eens door elkaar zodat alle stukken goed gegrilde worden. Giet tenslotte de quinoa af, haal de groenten uit de oven en meng de quinoa, gegrilde groenten en blokjes feta door elkaar in een grote schaal.

Je kunt zelf eventueel variëren met wat er op de bakplaat gaat. Zo voeg ik er zelf ook graag champignons aan toe. Ook zou je er balsamico dressing overheen kunnen doen, maar zelf ben ik niet zo'n fan van azijnsoorten dus ik houd het hierbij en gebruik verder geen dressing bij dit gerecht. Wel neem ik de dag erna altijd nog een bakje mee naar mijn werk voor een lekkere en gezonde lunch!

