



## Sojagryde med quinotto

---

4 personer

75 g sojakød  
250 g champignon  
2 mellemstore løg  
2-3 fed hvidløg  
2 forårsløg  
½ frisk chili  
2 ds. hakket tomat  
½ dl. tamari  
salt  
peber  
½ tsk. røget paprika  
½ spsk. tsk. kokosolie  
evt. ½ tsk. honning til at mildne det lidt syrlige smag fra tomaterne

2½ dl. sort quinotto  
5 dl. vand  
1 ½ tsk. salt

Læg sojakødet i blød i vand ca. 30 minutter og lad det dryppe af i en sigte. Rengør og hak champignon og svits dem i kokosolie, til det meste vand er fordampnet. Hak i mellemtiden løg, forårsløg, chili og hvidløg og kom det i gryden til champignonerne. Svits det hele et par minutter og tilsæt hakket tomat, sojakød og røget paprika. Lad det hele simre 15-20 minutter til sojakødet er helt mørt og sovsen er kogt lidt ind. Smag til med salt og peber og evt. ½ tsk. honning.

Rist quinoaen i en tør gryde til den begynder at gnitte lidt. Pas på det ikke brænder på. Tilsæt 2-3 dl. vand og lidt salt og lad det koge sagte i 15 minutter. Lad det hvile yderligere 10 minutter.