



# FREY @ HOME

## Zubereitung Quinoasoufflé

### Im Wasserbad

1. 2 Liter Wasser in einem Topf aufkochen.
2. Das Quinoasoufflé im Vakuumbeutel in den Topf legen.
3. Das Wasser einmal kurz aufkochen lassen und bei niedriger Hitze etwa 20 Minuten ziehen lassen.

### In der Mikrowelle

1. Das Quinoasoufflé auf einen Teller legen, mit Frischhaltefolie abdecken und in der Mikrowelle erwärmen.

**Guten Appetit!**