



Friedericke Godel

# Riekes Salatbar

Vorspeise - Beilage - Hauptgericht - Dessert

- ½ Tasse Mayonnaise
- ½ Becher Joghurt
- 1 Banane
- 1 Teelöffel Zitronensaft
- 1 Teelöffel Currypulver

Mayonnaise mit Joghurt schaumig rühren. Banane mit einer Gabel zerdrücken und mit Zitronensaft beträufeln. Banane und Curry unter die Mayonnaise rühren.

## **Indische Salatsoße**

- ½ Tasse Mayonnaise
- 2 Esslöffel Sahne
- 1 Apfel
- 1 Teelöffel Zitronensaft
- 2 Esslöffel geriebene Haselnüsse

- 1 Messerspitze Ingwer gemahlen
- 1 Messerspitze Curry

Mayonnaise mit Sahne glattrühren. Apfel schälen, reiben und mit Zitronensaft beträufeln. Mit der Mayonnaise vermischen, die Haselnüsse zugeben. Mit Ingwer und Curry würzen.

## **Kräutersoße**

- ½ Tasse Mayonnaise
- ½ Becker Joghurt
- ½ Tasse frische Kräuter (Petersilie, Dill, Schnittlauch, Zitronenmelisse).
- Salz, Pfeffer (weiß)

Mayonnaise mit Joghurt schaumig rühren. Kräuter untermischen und würzen.

## **Knoblauchsoße**

- ½ Tasse Mayonnaise
- ½ Tasse Sahne
- 2 Zehen Knoblauch
- ½ Bund Schnittlauch

Sahne steif schlagen und locker unter die Mayonnaise heben. Knoblauch durch die Presse drücken und untermischen. Schnittlauch fein schneiden und die Soße bestreuen.

## **Dillsoße**

- ½ Tasse Mayonnaise
- ½ Tasse Sauerrahm
- 1 Bund Dill

Mayonnaise mit dem Sauerrahm schaumig rühren. Dill waschen und wieder trocknen lassen. Dann fein wiegen und unter die Mayonnaise mischen.

## **Mandelsoße**

½ Tasse Mayonnaise

½ Apfel

1 Teelöffel Zitronensaft

½ geschälte und geriebene Mandeln

1 Messerspitze Ingwerpulver

Apfel schälen, reiben und mit Zitronensaft beträufeln. Unter die Mayonnaise rühren. Mandeln zugeben und mit Ingwer würzen. Ist die Masse zu dick, dann etwas Sahne zugeben. Die Soße zugedeckt eine halbe Stunde im Kühlschrank ziehen lassen.

