

Salate & Vorspeisen

Über 70 Rezepte in 480 Fotos
Schritt für Schritt



jourist

Paprika rote 1St.

Paprika putzen und in lange, dünne Streifen schneiden. Zum Salat hinzufügen.

Schritt 4:



*Olivenöl 60ml
Honig 7g
Meersalz ¼Tl
Zitronensaft 30ml*

Senf 1TI

Jetzt das Dressing zubereiten. Das ist eine sehr wichtige Komponente des Salats, die die Geschmacksnoten der Zutaten verbindet und dem Gericht einen feinen Geschmack verleiht.

Alle Zutaten bis zum homogenen Zustand verrühren. Mit diesem Dressing den Salat übergießen und gründlich vermischen.

Blumenkohlsalat

Anzahl Personen: **4**

Kalorien: **194 kcal pro Portion**

Zeitbedarf: **20 Min.**



Das Wichtigste in diesem Salat ist der leicht marinierte Blumenkohl. Die Zutaten