

Chicoree Salat „Springtime“

Anzahl Personen: 2 Vegan

© Infovita GmbH

Menge	Zutaten	Bearbeitung
300 g	Chicoree Zapfen	in Streifen schneiden
1 Handvoll	Löwenzahnblätter oder Rucola	fein schneiden
2 EL	Mandeln	grob hacken
3 EL	Oliven	vierteln
	Sauce	
1 EL	Aceto balsamico bianco	
2 EL	Wasser	
1 EL	Zitronensaft	
3 EL	Rapsöl oder Leinöl	
0.25 KL	Kurkuma	
0.5 KL	Honig flüssig	
0.25 KL	Salz	
	Pfeffer, Curry	

Anleitung

1. Die Sauce-Zutaten gut vermischen. Übrige Lebensmittel gemäss Anleitung zerkleinern und begeben.
2. Den Salat mischen, abschmecken und sofort servieren.