

Frischer Sommersalat

Thermomix-Rezept, funktioniert aber auch mit jeder anderen Küchenmaschine, sogar mit einem Gemüsemesser!

für 4 Personen

Zutaten:

ca. 250 g Brokkoli
1 rote Paprika
1 Apfel
30 g Pinienkerne
1 EL Olivenöl
2 EL weißer Balsamico
2 TL Honig-Senf
Meersalz, frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung:

Brokkoli waschen und in kleine Röschen teilen oder schneiden. Man kann den Brokkoli auch vorher kurz in Salzwasser blanchieren, wenn man ihn lieber etwas weicher haben möchte.

Apfel und Paprika waschen, entkernen und in kleine Stücke schneiden. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett rösten. Aufpassen, da sie schnell verbrennen!!

Alles mit den restlichen Zutaten mischen, abschmecken mit Meersalz, Pfeffer ... nach Geschmack.

Besitzer einer Küchenmaschine schmeißen alles hinein und lassen sie ein paar Umdrehungen machen, je nachdem wie groß/klein die Zutaten bleiben sollen.

Besitzer eines Messers schneiden alles in die gewünschte Größe und rühren dann die Dressing-Zutaten unter.

Guten Appetit!