

Brokkolisalat mit Blaubeeren

Zutaten für 4 Personen

Zubereitungszeit 15 Minuten

Schwierigkeit einfach

Zutaten

- 1 großer Brokkolikopf
- 1 rote Zwiebel
- 1 Apfel
- 200 g Blaubeeren
- 2 EL Joghurt
- 3 EL Mohnöl
- 2 EL Weißweinessig oder Apfelessig naturtrüb
- 1 TL Agavendicksaft
Salz und Pfeffer
- 1 TL Mohnsamen



Zubereitung

Brokkoli putzen, zerkleinern und in gesalzenem Wasser zirka 4-5 Minuten dünsten, sodass er bissfest bleibt. Zwiebel in feine Ringe schneiden, einen Apfel waschen und fein würfeln. Blaubeeren gründlich waschen. Alles mit dem abgekühlten Brokkoli in eine Schüssel geben. Für das Dressing Joghurt, Weißweinessig, Mohnöl, Agavendicksaft oder Honig, Mohnsamen und eine Prise Salz und Pfeffer gründlich vermischen und über den Salat geben.

Hinweise

Unser Bio-Weißweinessig wird aus hochwertigen Weinen gewonnen. Sorgfältig hergestellt, entwickelt er sich zu einem leichten, frischen Essig, der ideal zu leckeren Sommersalaten schmeckt und mit seiner lieblichen Note die Basis für jedes Dressing bildet.