

Spinatsalat mit Sprossen

Rezept für 2 Portionen
Dauer: ca. 10 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Zitronensaft	2 Esslöffel
Speiseöl / Öl	1 Esslöffel
Frischer Blattspinat	150 g
Äpfel / Apfel	1 Stk.
Zwiebeln, rot	1 Stk.
Apfelessig	1 Esslöffel
Natur-Joghurt / Naturjoghurt	2 Esslöffel
Radieschensprossen	50 g
Vollmeersalz	Etwas / nach Bedarf
Schwarzer Pfeffer	Etwas / nach Bedarf

Zubereitung:

Spinat waschen, abtropfen lassen. Apfel in Scheiben schneiden. Zwiebel in Streifen schneiden. Spinat, Apfel und Zwiebel auf 2 großen Tellern verteilen, mit Zitronensaft beträufeln. Essig, Nussmus, Joghurt, Salz, Pfeffer und Öl verquirlen und über den Salat träufeln, Sprossen darüber streuen.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1102-Spinatsalat-mit-Sprossen.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at