

Beilagensalat

Zutaten:

- Blattsalat (Eisbergsalat, Kopfsalat, Römersalat, Lollo Rosso, Eisbergsalat, Feldsalat - je nach Saison)
- Tomate (Mini-Tomaten sind toll)
- Gurke
- Stück Möhre
- Olive
- Mais



Joghurtdressing

- 5 EL Naturjoghurt
- 3 TL süßer Senf
- 3 TL Honig (nicht geeignet für Kinder U3, als Alternative Reissirup wählen)
- 1 EL Olivenöl (extra vergine)
- 1 TL Balsamico-Essig
- frische Kräuter (z.B. Schnittlauchröllchen, Dill, gehackte Petersilie)

Arbeitszeit:

ca. 15 Minuten

Beilagensalat selber machen - so gehts:

1. Verrühre den Joghurt mit dem süßen Senf, dem Honig, dem Olivenöl und dem Balsamicoessig. Schmecke ihn mit Salz ab und rühre Kräuter der Saison unter.
2. Stelle das Dressing bis zum Servieren kalt.
3. Wasche deinen Salat, Tomaten, Gurken und andere beliebige Zutaten und portioniere alles in Schälchen oder auf kleine Teller.

Besuch uns gern wieder auf familienkost.de und stöber in unserem [Shop](#).

