

## Zucchini-Salat

(10 Portionen)

| Menge | Zutat             |
|-------|-------------------|
| 3 EL  | Zitronensaft      |
| 2 TL  | Senf              |
| 3 EL  | Rapsöl            |
|       | Honig             |
|       | Jodsalz           |
|       | Schwarzer Pfeffer |
|       | Dill              |
| 500 g | Zucchini          |
| 400 g | Möhren            |
|       | Sonnenblumenkerne |

### So wird's gemacht:

- Mit dem Zitronensaft, Senf und Öl das Salatdressing anrühren.
- Mit Honig, Salz, Pfeffer und gehacktem Dill abschmecken.
- Zucchini und Möhren waschen (ggf. Möhren schälen) und grob raspeln.
- Gemüse Mischung mit dem Dressing vermengen.
- Sonnenblumenkerne in einer trockenen Pfanne kurz anrösten.
- Salat mit Topping aus Sonnenblumenkernen und einem Dillsträußchen servieren.

Gefördert durch:



Bundesministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft

aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

### Tipps zur Zubereitung:

Pikanter wird's mit einer halben, fein gewürfelten Zwiebel.  
Etwas klein geschnittenes Obst der Saison gibt eine fruchtige Note.