

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.