



Fruchtige Salat-Bowl mit Apfel Chips

🕒 10–15 Min   

Zubereitung

- 1 Für das Dressing das griechische Joghurt mit allen anderen Zutaten vermischen.
- 2 Obst und Gemüse waschen. Den Eisbergsalat in einzelne Blätter reißen und zuerst auf den Boden der Bowl geben.
- 3 Danach den Rucola darauf setzen. Mit einem Fruchtschäler dünne Streifen von der Gurke abschälen und auf die Bowl legen.
- 4 Die Frühlingszwiebel fein schneiden und über den Salat streuen, die Marillen entkernen, aufschneiden und mit den Heidelbeeren auf dem Salat verteilen.
- 5 Den Feta mit den Fingern zerbröseln und an den Rand der Bowl geben.
- 6 Schlussendlich noch die Apfel Chips über den Salat streuen und mit Dressing on-the-side servieren.

Zutaten für 1 Portionen

♦ = Kotányi Produkte

Für den Salat

100 g	Eisbergsalat
100 g	Rucola
4 Stk.	Marillen
50 g	Gurke
20 g	Heidelbeeren
40 g	Feta
1 Stk.	Frühlingszwiebel

Für das Dressing

710 g	Griechisches Joghurt
1 TL	Zitronensaft
1 EL	Olivenöl
1 Stk.	Kleine Konblauchzehe
1 TL	Frischer Schnittlauch
1 Prise	♦ Meersalz jodiert grob
1 Prise	♦ Pfeffer schwarz ganz

Für das Topping

25 g	♦
------	---

