



Gyümölcsös csicseriborsó-saláta

⌚ 20–30 Perc 

Elkészítés

- 1 Első lépés a brokkoli előkészítése. Ehhez a brokkolit szedjük rózsáira és mossuk meg, majd sós vízben főzzük puhára.
- 2 Közben egy tálban készítsük el az öntetet. Ehhez keverjük össze a joghurtot az olívaolajjal, egy citrom levével, az áfonyával és az egzotikus saláta fűszerkeverékkel.
- 3 A csicseriborsót csepegtessük le, öblítsük át, majd újra csepegtessük le és helyezzük egy nagyobb tálba. A zellerszárat is mossuk meg és vágjuk vékony szeletekre. Mossuk meg a zöld almát és vágjuk apró kockákra. A bogyós gyümölcsöket mossuk meg és mérettől függően hagyjuk egészben vagy vágjuk félbe.
- 4 Ezután keverjük össze az összes hozzávalót. Öntsük az öntetet a salátára, óvatosan keverjük össze, és tálaljuk.

Összetevők 2 fő részére

♦ = Kotányi Produkte

265 g	Csicseriborsó (főtt)
1 db	Zellerszár
30 g	Aszalt áfonya
0.5 db	Brokkoli
1 db	Zöldalma
1 csésze	Friss szeder
1 csésze	Friss áfonya

Öntet:

200 g	Szójajoghurt (cukrozatlan)
1 evőkanál	Friss citromlé
2 evőkanál	Olívaolaj
1 evőkanál	♦ Egzotikus salátaöntet fűszerkeverék mangóval

TIPP: A saláta friss fűszernövényekkel, például mentával tovább finomítható.

