



# Brokkolisalat

 Dauer  
20 min.

 Schwierigkeit  
Einfach

## Zutaten

für 4 Portionen

Brokkoli	600 g
Paprika, rot	1 St.
Pinienkerne	5 EL
Olivenöl	4 EL
Balsamicoessig, hell	3 EL
Honig	1 EL
Senf	1.5 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz	



## Zubereitung

Brokkoli waschen und in kleine Röschen teilen. Paprika waschen, vierteln und Strunk und Kerne entfernen.

Im Mixbehälter Brokkoliröschen, Paprika, Pinienkerne, Öl, Essig, Honig und Senf 8 Sek./Stufe 5 zerkleinern. Bei Bedarf den Vorgang 5 Sek./Stufe 5 wiederholen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Guten Appetit!

## Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	305 kcal		
Kohlenhydrate	22 g	Ballaststoff	6 g
Eiweiß	8 g	Fette	23 g