

Fruchtiges Himbeerdressing









Zutaten

für 4 Portionen

Himbeeren, tiefgefroren	100 g
Honig	1 EL
Essig	2 EL
Olivenöl	50 ml
Meersalz	
Chiliflocken	

Zubereitung



- 1. Himbeeren in ein hohes hohes Gefäß geben und auftauen lassen.
- 2. Honig, Essig und Olivenöl zu den Himbeeren geben und alles zu einem Dressing pürieren.
- 3. Das Dressing mit Salz und Chili kräftig abschmecken. Dressing über einen Salat geben oder verschlossen im Kühlschrank aufbewahren.

Guten Appetit!

Tipp: Für ein besonders feines Dressing nach dem Pürieren durch ein Sieb gießen

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	95 kcal
Kohlenhydrate	6 g
Eiweiß	0 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	8 g