



Rezepte > Mittagessen

Green Goddess Salad mit dem SILVERCREST Multizerkleinerer

Zeit gesamt
45min

Zubereitungszeit
45min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 4 Portionen

Spitzkohl	1 St.
Salatgurken	1 St.
Avocado	1 St.
Zitronen	1 St.
Knoblauchzehen	1 St.
Babyspinat	50 g
Agavendicksaft	1 TL
Basilikum, frisch	25 g
Schnittlauch, frisch	10 g
Oliveöl	4 EL
Wasser	4 EL
Mandeln, ganz	2 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Baguette	1 St.

Zubereitung



Küchenutensilien

große Schüssel, SILVERCREST Multizerkleinerer

1. Spitzkohl vierteln, Strunk entfernen und klein würfeln. Gurke waschen, Enden entfernen und würfeln. Schnittlauch in feine Ringe schneiden.
2. Für das Dressing Knoblauch schälen. Avocado halbieren, Kern entfernen und Fruchtfleisch entnehmen. Babyspinat und Basilikum waschen, trocknen, grobe Stiele entfernen. Zitrone halbieren und den Saft auspressen.
3. Knoblauch, Avocado, Babyspinat, Basilikum, Mandeln, 3 EL Zitronensaft, Olivenöl und Wasser in den Multizerkleinerer geben und fein mixen. Dressing mit Salz, Pfeffer und Agavendicksaft abschmecken.
4. Spitzkohl und Gurken in einer Schüssel vermengen. Optional mit Zitronenscheiben und Basilikum-Blättern garnieren und mit frischem Baguette servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	332 kcal
Kohlenhydrate	38 g
Eiweiß	11 g
Ballaststoffe	12 g
Fette	17 g