



Walnussdressing

Zeit gesamt
15minZubereitungszeit
15minSchwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Schnittlauch, frisch	15 g
Zwiebeln, gelb	1 St.
Senf	2 TL
Salz	
Pfeffer, schwarz gemahlen	
Wasser	5 EL
Balsamicoessig, hell	3 EL
saure Sahne	3 TL
Sonnenblumenöl	4 EL
Walnusskerne	5 EL

Zubereitung



Küchenutensilien

mittlere Schüssel, Schneebesen

1. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und fein schneiden. Zwiebel halbieren, schälen und fein würfeln.
2. In einer Schüssel Senf, Salz, Pfeffer, Wasser, Essig, saure Sahne und Öl mit Schnittlauch und Zwiebeln verrühren.
3. In einer Pfanne Walnüsse fettfrei auf mittlerer Stufe für ca. 3 Min. anrösten. Walnüsse grob hacken und unter das Dressing heben. Walnussdressing zu Salat oder auch Gegrilltem servieren.

Guten Appetit!

Tipp: Statt Sonnenblumenöl kannst du auch Walnussöl verwenden.

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	181 kcal
Kohlenhydrate	7 g
Eiweiß	4 g
Ballaststoffe	2 g
Fette	16 g