

ZUTATEN:

- 3 Stängel Petersilie, abgezupft
- 80 g Naturjoghurt
- 25 g Balsamico, hell oder dunkel
- 60 g Wasser
- 50 g Sauerrahm oder Frischkäse
- 25 g Olivenöl
- 15 g Senf, mittelscharf
- 1 TL (Kräuter) Salz
- ¼ TL Pfeffer
- 1 TL Zucker

Joghurt-Senf-Dressing

ZUBEREITUNG:

1. Petersilie in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 8 zerkleinern und mit dem Spatel nach unten schieben.
2. Joghurt, Balsamico, Wasser, Sauerrahm, Öl, Senf, Salz, Pfeffer und Zucker zugeben, 20 Sek./Stufe 5 mischen und Joghurt-Senf-Dressing zu Blattsalat und Rohkostsalate servieren.

Tipp:

- Wenn sich das Dressing in der Flasche absetzt, einfach aufschütteln.
- Mache die doppelte Menge, dann hast du für die nächsten Tage ein Dressing auf Vorrat.
- Das Dressing hält sich 3-5 Tage im Kühlschrank.
- Gerne kannst du auch noch andere Kräuter zum Dressing hinzugeben. Beim Schritt 1 hinzugeben. (zB Oregano, Dill, Kerbel, Basilikum etc.)

