

Vita Salat

CO₂-Bilanz: ca. 2510 g CO₂

Zubereitungszeit: ca. 30 Minuten

Zutaten für 4 Portionen:

- 2 Avocados
- 500 g Salatblätter
- 300 g frische Erdbeeren
- 100 g Olive
- 100 g gehackte Walnüsse
- 200 g Fetakäse

Für die Sauce:

- ½ Bio Zitronensaft
- 100 g griechische Jogurt
- 30 g Parmesankäse
- 1 EL Zucker
- 1 Prise Salz
- 2 gehackte Knoblauchzehen
- 2 TL frische Basilikum
- 1 EL Olivenöl



Zubereitung

1. Den Salat putzen, ganze Blätter waschen und bündeln
2. Avocado, Oliven und Erdbeeren in Streifen schneiden.
3. Fetakäse in kleine Würfel schneiden.
4. Andere Zutaten mit Salat mischen.

Für die Sauce

1. Alle Zutaten der Sauce in einen Mixer geben und gut durchmischen
2. Die Sauce über den Salat geben



Guten Appetit!