

Salatsoße

Orange Salatsoße

Zutaten für 1 Blattsalat oder 250-300 g Pflücksalat:

100	ml	Karottensaft
2	EL	(kaltgepresstes) Rapskernöl und
1	EL	Olivenöl
½	kleine	Avocado
1	TL	Honig oder Agavendicksaft
2	EL	Zitronensaft
Nach Belieben		Tomaten, Oliven, Radieschen, Karotten (geraspelt) usw.
Nach Belieben		geröstete Salatkerne (Pinien, Sonnenblumen-

Zubereitung:

Salat waschen, verlesen, trockentupfen und etwas zerpfücken
Alle Zutaten sämig pürieren und über den Salat geben.

Nach Geschmack restliches Gemüse/Salat zerkleinern und untermischen. Nachbelieben mit gerösteten Pinienkerne oder anderen Saaten bestreuen.

Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Forum-Team!

Tipp: Die Mengen können Sie erhöhen, die Salatsoße hält sich 3-4 Tage im Kühlschrank.