

Spinatsalat mit Orangen

Anzahl Personen: 2 Vegan

© Infovita GmbH

Menge	Zutaten	Bearbeitung
150 g	Spinat	ev. in Streifen schneiden
120 g	Orangen	in Würfeli schneiden
4 EL	Sonnenblumenkeimlinge	1 Tag gekeimt
	Sauce	
1 EL	Zitronensaft	
4 EL	Rapsöl	
0.5 KL	Orangenschale	gerieben
2 EL	Wasser	
1 KL	Mandelmus	
	Thymian	
	Kräutersalz	
	Pfeffer	

Anleitung

Die Sonnenblumenkerne und Orangenwürfeli zur Sauce geben und kurz vor dem Essen mit dem Spinat mischen.

