

Brokkoli mit Einkorn-Keimlingen

Anzahl Personen: 2

Vegan

Menge	Zutaten	Bearbeitung	© Infovita GmbH
120 g	Brokkoli		
8 Stk.	Baumnusshälften	zerbröckeln	
4 EL	Einkorn- oder Haferkeimlinge	2 - 3 Tage gekeimt	
1 EL	Petersilie	fein hacken	
	Sauce		
3 EL	Rapsöl		
1.5 EL	Obstessig		
0.5 Stk.	Knoblauchzehen (klein)	pressen	
wenig	Agavendicksaft oder Honig		
1 EL	Wasser		
	Kräutersalz		

Anleitung

1. Die Saucezutaten gut miteinander verrühren.
2. Brokkoli fein schneiden (den Stiel schälen und ebenfalls fein schneiden).
3. Alle Zutaten zur Sauce geben und den Salat abschmecken. Wenn möglich 30 Minuten ziehen lassen.

Tipp: Anstelle von Dinkelkeimlingen: Buchweizen- oder Einkornkeimlinge verwenden.

