



Geschichteter Gemüsesalat

Für 4 Personen

Zutaten

- 1 Bund Radieschen
- 350 g Blumenkohl
- 1 gelbe Paprikaschote
- 1 rote Paprikaschote
- 250 g Datteltomaten
- 1 Salatgurke
- 200 g Naturjoghurt
- 2 EL Mayonnaise
- 1–2 EL Zitronensaft
- Salz, Pfeffer, Zucker
- 2–3 Stängel Dill
- Paprikapulver, edelsüß

Zubereitungszeit: ca. 25 Minuten

Zubereitung

Blumenkohl putzen, in kleine Röschen teilen und waschen. In einem Topf (mit Dämpfeinsatz) etwa 5 Minuten bissfest dämpfen.

Paprika waschen und in kleine Würfel schneiden. Salatgurke schälen und in Scheiben schneiden, danach halbieren. Radieschen waschen und in Scheiben schneiden. Tomaten waschen und vierteln.

Dressing: Den Joghurt mit der Mayonnaise glatt rühren. Mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Dill waschen, trocken schütteln. Die Dillspitzen fein hacken. Zum Servieren in vier kleine Schälchen füllen, mit etwas Dill und Paprikapulver garnieren.

Gemüsesalat in vier Gläsern Schicht für Schicht anrichten. Jeden Salat mit dem restlichen gehackten Dill garnieren und zusammen mit dem Joghurtdressing servieren.