



# Bewusst genießen..

## Hanföl-Senf-Dressing

### Zutaten .....

- 3 EL Hanföl
- 1 EL Balsamico Essig (weiß)
- 1 TL Zitronensaft
- Meersalz
- Frischer Pfeffer aus der Mühle
- 1 TL Dijon-Senf
- 1 TL Honig

### Zubereitung .....

Zutaten für einen Salat für 4 Personen:

Hanföl, Essig, Zitronensaft, Honig und Senf in eine Salatschüssel oder ein Gefäß mit Ausguss geben und gut mischen. Im Anschluss mit Salz und Pfeffer abschmecken – fertig! Mit einem Quirl oder einem Milchaufschäumer lassen sich die Zutaten zudem besonders gut mischen und das Dressing gelingt perfekt. Nun zusammen mit grünem oder buntem Salat servieren.

Tipp: Der Salat kann mit geschälten Hanfsamen als Topping noch verfeinert werden.