

Lieblingsrezept

Zutaten

- ✓ 1 Mango
- ✓ 4 Tomaten
- ✓ 1 Salatgurke
- ✓ 1 rote Zwiebel
- ✓ 150 g Möhren
- ✓ 150 g Nudeln
„Fussili“ bioladen
- ✓ 125 g Mozzarella
„bioladen“
- ✓ 100 g Joghurt, 10%
- ✓ 50 g Mayonnaise
- ✓ 2 EL Zitronensaft
- ✓ 2-3 TL Aprikosenkonfitüre
- ✓ 1 TL Curry
- ✓ Salz, Pfeffer
- ✓ 1 Bñ. Schnittlauch

So gelingt der bunte Grillsalat:

Nudeln nach Packungsanweisung garen, abgießen und abkühlen lassen. Gurke streifig schälen. Tomaten quer, Gurke längs halbieren, das Fruchtfleisch jeweils mit einem Teelöffel herauslösen. Tomaten, Gurke, Zwiebel und Mozzarella in kleine Würfel schneiden. Mango halbieren, den Stein herauslösen und ebenfalls fein würfeln. Möhren in feine Streifen hobeln. Alle Zutaten in einer Schüssel mischen. Aus Joghurt, Mayonnaise, Zitronensaft, Konfitüre und den Gewürzen ein Dressing rühren, Schnittlauch in Röllchen schneiden. Alles gut miteinander vermengen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Eventuell nochmals abschmecken.

