

Brokkoli Salat

Zutaten für 4 Portionen als Beilage oder 2 Portionen als Hauptmahlzeit

250 g Brokkoli, in Röschen, ohne Strunk
1 Paprikaschote(n), rot, geviertelt
1 Apfel, entkernt, geviertelt
30 g Öl
20 g Essig
1 EL Senf
1 TL Zuckerersatz oder 1 Spritzer Süßstoff
1 TL Salz
100g Schafskäse light (Patros oder Salakis)
 $\frac{1}{2}$ TL Pfeffer
2 EL Sonnenblumenkerne

Zubereitung

Arbeitszeit: ca. 10-15 Minuten

Brokkoli, Paprika und Apfel klein schneiden. Essig, Öl, Zuckerersatz, Senf und Gewürze zu einem Dressing vermengen. Dressing und Gemüse vermengen. Schafskäse darüber bröseln. Am Ende Sonnenblumenkerne drüber streuen.