



Brokkolisalat

Zubereitung:

- Brokkoli, Paprika und Äpfel waschen und klein schneiden
- Sonnenblumenkerne in der Pfanne mit Butter anrösten
- Öl, Zitronensaft, Senf, Honig, Salz und Pfeffer mischen und über den Salat geben

Zutaten (4 Portionen):

300g	Brokkoli, in Röschen
1 rote	Paprika
1	Apfel
30g	Sonnenblumenkerne
25g	Olivenöl
15g	Zitronensaft
1TL	Honig
1TL	Senf
1TL	Salz
½ TL	Pfeffer



Emely, Klasse 10d

Warum mache ich diesen Salat so gerne? -Weil er super schnell geht und eine tolle Abwechslung bietet.