

Endivie mit Sirup-Dressing

Bio Kochbox KW 38



Endivie mit Sirup-Dressing



MENGENHINWEIS:

- Für 1 Portion die Mengen halbieren
- Für 4 Portionen die Mengen verdoppeln

Für 2 Portionen:

- 3 EL Sonnenblumenkerne
- 1-2 EL Zuckerrübensirup
- 1 Endivie

Eigener Vorrat:

- 4 EL Öl
- Salz, Pfeffer
- 5 EL Wasser

Zubereitung:

Die Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Zuckerrübensirup, Zitronensaft, Rapsöl, Wasser, Salz und Pfeffer verrühren. Endiviensalat putzen, waschen, trockenschleudern und in Streifen schneiden. Salat in einer Schüssel mit dem Dressing mischen und mit den Sonnenblumenkernen bestreut servieren.