Rezept

Brokkoli-Salat

Zutaten für ca. 2-3 Portionen
Arbeitszeit: ca. 30 min

- ca. 800g Brokkoli
- ca. 200g frischen Kochschinken
- 4-5 Gewürzgurken
- Schmand, Joghurt
- Salz und Pfeffer
- 1 rote Paprikaschote
- 1 kleine Dose Mais
- 1 große Zwiebel, oder 2 – 3 Schalotten

Den Brokkoli waschen und in ganz kleine Röschen zerteilen. In einem Topf mit etwas Salz, Gemüsebrühe die Röschen blanchieren und anschließend gut abtropfen lassen.

Die Zwiebel schälen und fein hacken, gern auch den Lauch dazu nehmen. Den Brokkoli in schönen Mini Röschen zugeben, so auch die Gewürzgurken schön klein würfeln, die Paprika ganz fein stückeln und den Mais zugeben. Auch den Kochschinken klein würfeln und zugeben. Den Joghurt mit etwas Schmand verrühren, Salz und Pfeffer zugeben, wer mag gern auch noch frische Kräuter, oder etwas Paprikapulver – je nach Geschmack würzen und mit unterrühren.

Guten Appetit!

KW15_Brokkoli-Salat.pdf