



SPITZKOHL-MANGO-SALAT

von Jana Simon



ZUTATEN

- 1 Mango
- 1 kleiner Spitzkohl
- 5 Möhren
- 1 Paprika
- 3 Frühlingszwiebeln
- 3 EL Sonnenblumenkerne

Für das Dressing:

- 1 TL Tango Argentino*
- 1 TL Royales Genusssalz *
- 4 EL Mango Zitronen Creme*
- 8 EL Griechisches Olivenöl*

*Edelschmaus Originalprodukt

ZUBEREITUNG

Mango schälen und in Würfel schneiden, Paprika geputzt in Streifen schneiden, Frühlingszwiebeln in Ringe schneiden

Den Spitzkohl und die Möhren grob raspeln (alternativ: TM 15 Sek/ Stufe 3).

Dressing anrühren.

Alle Zutaten zusammen mit den Sonnenblumenkernen und dem Dressing in eine Schüssel geben, gut umrühren und 2 Stunden ziehen lassen.