



Honig-Senf-Dressing

Für: ca. 4 Portionen (Salatbeilage)

🕒 Zubereitungszeit: 5 Min.

🔑 Schwierigkeitsgrad: superleicht

Geschätzte Nährwerte pro Portion (ca. 2 EL):

Energie: ~150 kcal

Fett: 13 g

Kohlenhydrate: 8 g

Eiweiß: 0,5 g

Ballaststoffe: <0,5 g

🌿 Zutaten:

- 3 EL Honig
- 2 EL grober Senf
- 1 EL Apfelessig
- 4 EL Olivenöl
- Salz & Pfeffer nach Geschmack

Zubereitung

1. Alle Zutaten in ein Schraubglas oder eine kleine Schüssel geben.
2. Kräftig schütteln oder verrühren, bis ein cremiges Dressing entsteht.
3. Über frischen Salat geben – fertig!

Passt ideal zu herben Blattsalaten, Ofengemüse oder als Dip für Rohkost!