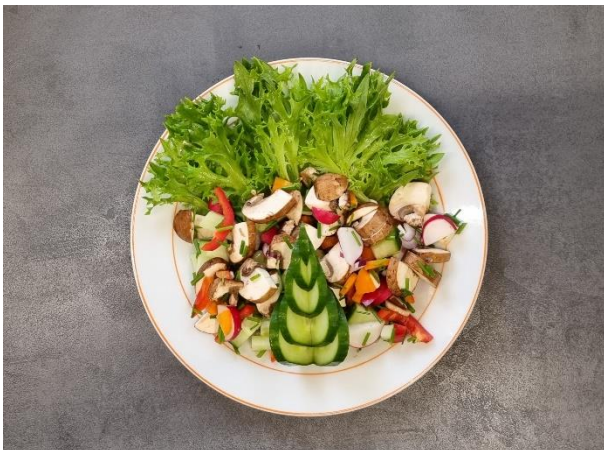


Champignons-Salat



Nährwert pro Portion:

Kilokalorien:	87 kcal
Kohlenhydrate:	3 g
Eiweiss:	3 g
Fett:	7 g
Zeitaufwand:	20 Minuten
Schwierigkeitsgrad:	leicht

Zubereitung:

Schritt 1:

Champignons, Karotten, Salatgurke, Paprika und Radieschen klein schneiden und in eine Schüssel geben. Schnittlauch und Zwiebel fein schneiden und zu den restlichen Zutaten in die Schüssel geben.

Schritt 2:

Salat auf einem Teller schön anrichten und etwas garnieren.

Schritt 3:

Olivenöl und Balsamico in die Schüssel geben und gut vermischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und über den angerichteten Salat träufeln.



Zutaten für 1 Portion:

- 50 g Champignons braun
- 15 g Paprika rot
- 3 Stk Radieschen
- 1 Stk kleine Zwiebel rot
- 1 Stk Karotte
- ½ Stk Salatgurke
- 15 g Salat
- Etwas Schnittlauch
- 1 EL Balsamico hell
- 2 EL Olivenöl