



Roher Randensalat mit Wasabi

VORSPEISE FÜR 4 PERSONEN

250 g Randen
50 g Wasabinüsse
200 g Blattsalat, z. B. Babyleaf
10 g Sprossen, z. B. Randen

Wasabidressing:

½ TL Wasabipaste
5 EL Essig, z. B. Reisessig
1 EL Sojasauce
Pfeffer
½ TL Rohrzucker
6 EL Sonnenblumenöl

Für das Dressing Wasabi, Essig, Sojasauce, Pfeffer, Zucker und Öl verrühren. Randen dünn hobeln. Wasabinüsse grob hacken. Salat und Randen auf Tellern anrichten, Sprossen und Nüsse darüber verteilen. Randensalat mit Dressing beträufeln und sofort servieren.

ZUBEREITUNG ca. 15 Minuten

Pro Person ca. 5 g Eiweiss, 21 g Fett,
9 g Kohlenhydrate, 1050 kJ/250 kcal