

Chicorée-Orangen-Salat

Zubereitungszeit: 10 Min für 2 Personen



Zutaten:

1 Orange
50 g Joghurt
50 g Buttermilch
frisch geriebener Meerrettich
Honig
Tomatenmark
Salz
200 g Chicorée

Zubereitung:

Die Orange halbieren, die eine Hälfte auspressen, die andere Hälfte schälen. Aus Joghurt, Buttermilch, etwas Meerrettich, dem Orangensaft, ein wenig Honig und Tomatenmark sowie Salz die Marinade zusammenrühren.

Den Chicoree halbieren, den Strunk entfernen und den Chicoree in feine Streifen schneiden. Die halbe Orange ebenfalls fein schneiden und zusammen mit dem Chicoree in die Marinade geben.