



## Kleiner bunter herbstlicher Salat

Zeitbedarf ca. 15 Minuten

### Zutaten für 2 Personen

10 g Blattsalat  
20 g Brüsseler  
20 g Nüsslisalat

Garnitur Gurken-Streifen

### Zutaten Himbeer-Baumnuß Dressing

50 g frische oder gefrorene Himbeeren  
1 EL Walnüsse, grob gehackt  
1 EL Balsamico-Essig  
1 TL Honig  
2 EL Olivenöl  
1 TL Zitronensaft

Salz und Pfeffer nach Geschmack

\*EL: Esslöffel

### Zubereitung

1. Himbeeren vorbereiten: Frische Himbeeren waschen und gut abtropfen lassen.
2. Die Himbeeren in eine kleine Schüssel oder einen Mixer geben und pürieren, bis sie eine glatte Konsistenz haben.
3. Dressing mischen: Den Balsamico-Essig, Honig, Olivenöl und Zitronensaft zu den pürierten Himbeeren hinzufügen. Gut umrühren oder im Mixer nochmals kurz mixen, bis alles gut vermischt ist.
4. Die gehackten Walnüsse in einer kleinen Pfanne ohne Öl bei mittlerer Hitze leicht anrösten, bis sie duften. Dies dauert etwa 2-3 Minuten. Danach die Walnüsse abkühlen lassen.
5. Walnüsse hinzufügen: Die abgekühlten Walnüsse in das Himbeerdressing geben und gut umrühren.
6. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und nach Belieben anpassen.

### Gesamtkalorien

347 kcal

### Protein

3.46 g

### Allergene

Walnüsse: Schalenfrüchte (Achtung bei Nussallergien)