



# MAISSALAT

20 MIN.  
AKTIV

20 MIN.  
GESAMT

93 KCAL  
PRO PERSON

① vegan, ohne Laktose, ohne Gluten | Fett: 2 g, Kohlenhydrate: 16 g, Eiweiss: 3 g pro Person

① Fanny Frey - fannythefoodie

## DAS BRAUCHTS FÜR 4 PERSONEN

### Dressing

2 EL	Soja Dessert nature (oder Jogurt nature)
1 TL	Tahina
1	Limette, heiss abgespült, abgeriebene Schale und Saft
½ TL	Salz
wenig	Pfeffer

### Salat

1 Dose	Maiskörner (ca. 285 g), abgetropft
¼	Gurke (Bio), in Würfeli
¼	Rettich, in Würfeli
¼ Bund	Koriander, fein geschnitten
20 Blätter	Pfefferminze, fein geschnitten

## UND SO WIRDS GEMACHT

### Dressing

Alle Zutaten gut verrühren.

### Salat

Alle Zutaten in einer Schüssel vermischen. Das Dressing begeben, alles gut mischen. Salat bis zum Servieren zugedeckt kühl stellen.

#### GUT ZU WISSEN



#### Hinweis:

Die frischen Kräuter verliehen dem Salat eine wunderbar frische Note. Statt Koriander glattblättrige Petersilie verwenden.



Das Rezept findest du hier wieder:

[fooby.ch/de/rezepte/16357/](https://fooby.ch/de/rezepte/16357/)