



August 2019: Karotten-Zucchini-Salat

Zutaten:

- » 300 g Zucchini
- » 300 g Möhre
- » 100 g Zwiebel
- » 200 g Champignons
- » Salz, Pfeffer, Prise Zucker
- » 2 EL Olivenöl
- » 2 EL Essig nach Geschmack
- » frische Petersilie, Schnittlauch

Zubereitung:

Zucchini waschen und längs in dünne Scheiben schneiden (z. B. mit dem Sparschäler). Möhren schälen und in Salzwasser bissfest garen. Möhren abkühlen und auch diese mit dem Sparschäler in dünne Scheiben schneiden.

Zwiebel schälen und in Scheiben schneiden, zusammen mit der Zucchini kurz blanchieren, abkühlen und abtropfen lassen. Champignons putzen und in Scheiben schneiden, nach Belieben können die Champignons auch angebraten werden.

Alle Zutaten zusammengeben und ein Dressing aus Olivenöl und Essig mit Kräutern und Gewürzen herstellen und über das Gemüse geben.

Leckerer Salat als Beilage zum Grillen, vielleicht mit Zutaten aus Ihrem Garten ...