

Spargelsalat mit Senfdressing

Zutaten für eine halbe myLINE-Mahlzeit:

- 150 ml Joghurt (1,5% Fett)
- 1 gehäufter Messlöffel myLINE Basis
- 3 TL Senf
- 1 EL Essig
- 50-70 g Spargel
- Cocktailtomaten
- 1 Handvoll Salat
- Radieschen
- Nach Geschmack: Salz, Pfeffer, frische Kräuter

Den Spargel waschen, wenn nötig schälen und kochen.

Salat waschen. Radieschen und Tomaten waschen und klein schneiden.

Das Joghurt in eine Schüssel geben, die myLINE Basis und Geschmackszutaten mit dem Schneebesen unter das Joghurt rühren.

Den Spargel mit dem Salat, den Tomaten und Radieschen anrichten und mit dem Dressing marinieren.

Tip: Das Dressing ca. 30 Minuten vor dem Servieren im Kühlschrank durchziehen lassen.

