



Mohn-Walnuss-Dressing



Nährwertangaben (pro Portion/Stück)

Energie: 150 kcal/ 640 kJ	Fett: 14 g
Eiweiß: 3 g	Davon gesättigte Fettsäuren: 1 g
Kohlenhydrate: 3 g	ungesättigte Fettsäuren: 13 g

Zubereitungszeit:
ca. 10 Minuten

Zubereitung:

1. Walnüsse, Honig, Essig, Öl, Frühlingszwiebeln, Senf, Mohnsamen und Wasser in ein leeres Marmeladenglas geben und mit geschlossenem Deckel schütteln, um das Dressing zu vermischen.
2. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Zutaten für 4 Portionen :

65 g kalifornische Walnüsse, fein gehackt
1 EL Honig
1 TL Apfelessig
1 EL Olivenöl
1 EL Frühlingszwiebeln, fein gehackt
1 TL Dijonensenn
1 TL Mohnsamen
1 EL Wasser
Salz und Pfeffer