

# Brokkoli - Salat

- ✓ 1 kleiner Brokkoli, blanchiert
- ✓ 2 Karotten, in feine Stifte
- ✓ 1 rote Zwiebel, fein geschnitten
- ✓ 100 g Rotkohl, fein geschnitten
- ✓ Saft ½ Limette
- ✓ Saft ½ Orange
- ✓ 1 EL Mandelmus
- ✓ ½ TL Korianderpulver
- ✓ 1 Prise Himalayasalz



Das Gemüse in einer Schüssel vermischen. Aus Limettensaft, Orangensaft, Mandelmus, Koriander und Salz eine Vinaigrette zubereiten und unter das Gemüse mischen. 10 bis 15 Minuten ziehen lassen.

***Brokkoli bringt alle Körpersysteme, einschließlich des Immunsystems, in Schwung.***