



DR. JOHANNA
BUDWIG

Email: kontakt@dr-johanna-budwig.de

Tel: 0441 / 390 630-0

Web: www.dr-johanna-budwig.de



Körniger Hüttenkäsesalat mit Budwig Kräuterdressing

Zutaten

3 Prise(n) Pfeffer

3 Prise(n) Meersalz

200 g Hüttenkäse

2 Prise(n) Paprika

2 Esslöffel Omega-3 Leinöl

3 Halbe(s) Walnüsse

2 Prise(n) Muskat

1 Mittelhgroße(s) Möhre(n)

1 Mittelhgroße(s) Paprika

1 Esslöffel Schnittlauch oder glatte Petersilie

Gesamtzeit: 15 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 1

Kalorien p.P.: 427 kcal

Zubereitung

1. Möhre und Paprika waschen und fein reiben bzw. würfeln.
2. Die Kräuter waschen, trocknen und hacken.
3. Körnigen Frischkäse, Dr. Budwig Omega-3 Leinöl und die weiteren Zutaten miteinander vermischen und mit Salz, Pfeffer, Paprika und Muskat abschmecken.