

Möhren-Champignonsalat mit Joghurtdressing

by Andreas - Sonntag, November 02, 2014

<http://mundgericht.de/index.php/moehren-champignonsalat-mit-joghurtdressing/>

Es ist kaum zu fassen, aber ca. 80 Kilo Lebensmittel wirft jeder Deutsche im Schnitt pro Jahr in den Müll. Das meiste davon durchaus noch genießbar. Oft mangelt es nur an der rechten Lust aus den Resten etwas zu zaubern. Mit ein wenig Fantasie geht aber fast immer was. Dieser Salat entstand nach einer Generalinspektion meines Kühlschranks.

400 gr. Möhren

200 gr. Champignons

2 hartgekochte Eier

200 ml Sahnejoghurt

50 ml Sahne

50 ml Gemüsebrühe

1 EL Zitronensaft

Pfeffer

Salz

Die Möhren schälen und grob raspeln. Die Champignons in dünne Scheiben schneiden und die hartgekochten Eier grob würfeln. Zusammen mit den restlichen Zutaten vermengen und mit Pfeffer und Salz würzen.