



Alle GEFRO-Produkte, die Sie zum Nachkochen benötigen, bestellen Sie bequem frei Haus.

GEFRO KG
87697 Memmingen / Allgäu

Telefon 08331 / 95 95 0
Telefax 08331 / 95 95 17

E-Mail: info@gefro.de

Einkaufszettel

Zucchini-Johannisbeersalat mit Ziegenkäse

- GEFRO Natives Olivenöl Extra
- GEFRO Balance Salat-Dressing Gartenkräuter
- GEFRO Honig Wald & Blüte
- 250 g gereifter Ziegenfrischkäse, Rolle
- 2 kleine Zucchini
- 100 g Johannisbeeren
- 1 Bund Rucola

Weitere tolle Rezepte finden Sie unter www.gefro.de

Zucchini-Johannisbeersalat mit Ziegenkäse

Rezept für 4 Personen
Zubereitung ca. 20 Minuten

Nährwerte pro Portion:

34,5 g Fett 8,2 g Kohlenhydrate 12,3 g Eiweiß 3,4 g Ballaststoffe
390 kcal Brennwert

Zucchini-Johannisbeersalat mit Ziegenkäse: 250 g gereiften Ziegenfrischkäse in 8 Scheiben schneiden und mit 1 EL **GEFRO Honig Wald & Blüte** marinieren.

2 Zucchini putzen und mit dem Sparschäler in dünne Scheiben schneiden. Die Johannisbeeren von der Rispe zupfen.
1 Bund Rucola putzen.

20 g **GEFRO Balance Salat-Dressing Gartenkräuter** in eine große Schüssel geben und mit 90 ml Wasser und 90 ml **GEFRO Nativem Olivenöl Extra** verrühren. Den Rucola und die Zucchiniestreifen in die Schüssel geben und mit dem Kräuter dressing marinieren.

Den Salat auf Teller anrichten und mit den Johannisbeeren bestreuen. Den Ziegenkäse darauf anrichten.