

CORNELIA TRISCHBERGER

KOCHEN

für Faule



GU

4 X SCHNELLE SALATSAUCE ...

... für sofort. Oder auf Vorrat die doppelte Menge machen - ganz nach dem Motto: einmal rühren, öfter genießen!

ZITRUS-VINAIGRETTE

Für 2 Personen

2 Frühlingszwiebeln waschen, putzen und fein hacken. 1 Knoblauchzehe schälen und durch die Presse drücken oder fein hacken. Je 3 EL frisch gepressten Orangen- und Zitronensaft und 3 EL Olivenöl gründlich verrühren. Knoblauch und Frühlingszwiebeln unterrühren. Mit Salz, Cayennepfeffer und 2-3 Prisen Zucker abschmecken. Passt gut dazu: z.B. Eisbergsalat oder grüner Kopfsalat.



BALSAMICO-VINAIGRETTE

Für 2 Personen

3 EL **Aceto balsamico** mit 4 EL **Olivenöl** und $\frac{1}{2}$ TL mittelscharfem **Senf** gründlich verrühren. 1 **Knoblauchzehe** schälen, durch die Presse drücken oder fein hacken und unterrühren. Mit **Salz**, **Pfeffer** und 2-3 Prisen **Zucker** abschmecken. Passt gut dazu: z.B. Rucola oder Radicchio.

SENF-VINAIGRETTE

Für 2 Personen

2 EL **Balsamico bianco** mit 4 EL **Olivenöl**, 2 EL frisch gepresstem **Orangensaft** und 1 TL mittelscharfem **Senf** gründlich verrühren. Mit **Salz**, **Pfeffer**, 1-2 Prisen **Zucker**, 2-3 Prisen getrocknetem **Oregano** und 3-4 Tropfen **Tabasco** abschmecken. Passt gut dazu: z.B. Salatgurke oder gegarte Kartoffeln.



HONIG-VINAIGRETTE

Für 2 Personen

1 EL flüssigen **Honig** mit 4 EL frisch gepresstem **Zitronensaft** und 4 EL **Olivenöl** gründlich verrühren. Mit **Salz** und 1-2 Msp. **Sambal Oelek** abschmecken. Passt gut dazu: z.B. Tomaten oder Chicorée.

TIPP: Alle Salatsaucen lassen sich in einem

Schraubglas mit Deckel prima im Kühlschrank aufbewahren. Bevor man sie zum Salat gibt, einfach noch einmal gut durchschütteln - fertig! Haltbarkeit: mindestens 3 Tage.