

Tabasco-Mayo-Dressing

Zutaten:

- 100 ml vegane Mayo
- 120 ml Wasser
- 4 Esslöffel Tomatenmark
- ½ rote Paprika
- ½ gelbe Paprika
- ½ grüne Paprika
- 1 Handvoll gehackte Frühlingszwiebel
- ½ Teelöffel Tabasco-Sauce
- 3 Esslöffel frischer Zitronensaft
- Eine Prise schwarzer Pfeffer

Zubereitung:

1. Alle Zutaten in den Mixer geben. Bei niedriger Geschwindigkeit mischen. - Salatdressing ist fertig.

Nährwerte:

Kalorien: 846

Fett: 82

Protein: 6

Kohlenhydrate: 27

Walnuss-Soja-Dressing

Zutaten:

- 150 g Walnüsse
- 6 Knoblauchzehen
- 4 Esslöffel Soja-Joghurt
- 3 Esslöffel Zitronensaft
- 3 Esslöffel Wasser

Zubereitung:

1. Alle Zutaten in den Mixer geben. Bei niedriger Geschwindigkeit mischen. - Salatdressing ist fertig.

Nährwerte:

Kalorien: 1020

Fett: 99

Protein: 25

Kohlenhydrate: 27

Georgisches Dressing

Zutaten:

- 1 Esslöffel gehackter frischer Dill
- 1 Esslöffel gehackte frische Frühlingszwiebel
- 1 Esslöffel gehackte italienische Petersilie
- 2 Esslöffel frischer Zitronensaft
- 4 Knoblauchzehen
- 60 ml Wasser
- Eine Prise Meersalz

Zubereitung:

1. Alle Zutaten in den Mixer geben. Bei niedriger Geschwindigkeit mischen. - Salatdressing ist fertig.

Nährwerte:

Kalorien: 22