



## Blumenkohlsalat mit Curry-Joghurt-Dressing

### Zutaten

- 250 ml Wasser
- 1 Päckchen Maggi Curry Sauce, 2er Pack
- 250 g Blumenkohl
- 100 g Joghurt
- 1 TL Zitronensaft
- 4 EL Kresseblättchen
- etwas Salz
- etwas Pfeffer

### Zubereitung

1. In einem Topf Wasser erwärmen. Maggi Curry Sauce einrühren, zum Kochen bringen und bei geringer Wärmezufuhr ca. 1 Min. kochen. Anschließend abkühlen lassen.
2. Blumenkohl putzen, waschen und in Röschen teilen. In einem Topf in reichlich Salzwasser ca. 10-12 Min. bissfest kochen und mit kaltem Wasser abschrecken.
3. Die abgekühlte Currysauce mit Joghurt verrühren und mit Zitronensaft abschmecken. Mit Salz und Pfeffer würzen und abschmecken.
4. Den Blumenkohl mit dem Dressing vermischen, gut durchziehen lassen und noch einmal abschmecken.
5. Kresseblättchen waschen, trocken tupfen und über den Salat streuen. Servieren Sie dazu Baguette und hartgekochte Eier.

#### Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	6 g
Energie	66 kcal
Fett	3 g
Protein	3 g

🕒 15 Minuten

⊕ 4 Portionen