

Mandarinen-Joghurt-Dressing aus dem Thermomix



© Mandarinen-Joghurt-Dressing - Recepte mit Herz



5 Min.



leicht



4 Portionen

Schnelles und fruchtiges Dressing aus dem Thermomix

Simple und schnell zubereitet. Unser fruchtiges Dressing schmeckt zu jeder Sorte Blattsalat.

Zutaten-Einkaufsliste

<input type="checkbox"/>	1	kleine Dose Mandarin-Orangen (175 g Abtropfgewicht)
<input type="checkbox"/>	250 g	Joghurt
<input type="checkbox"/>	2 TL	Mandarinenensaft
<input type="checkbox"/>	1 Prise/n	Salz

Zubereitung

1. Eine kleine Dose Mandarin-Orangen (175 g Abtropfgewicht) abtropfen lassen, Saft dabei auffangen.
2. 250 g Joghurt, 2 TL Zitronensaft, 2 TL Mandarinenensaft, 1 Prise Salz und die Hälfte der Mandarinen in den Mixtopf geben, 5 Sek./Stufe 3 mixen.
3. Dann übrige Mandarinen mit dem Spatel unterheben. Dressing mit Salat vermischen und sofort servieren.

Unser Tipp:

Keine Lust zum Salat schneiden? In unserem [Thermomix-Hack](#) zeigen wir dir, wie der Thermi ganz schnell und einfach einen Eisbergsalat in mundgerechte Stücke zerkleinert.

Nährwertangaben

kcal pro Portion: ca. 80 kcal, 2 g E, 3 g F, 11 g KH