

SPINATSALAT MIT JOGHURT UND CURRY



Für 1 Person

Vorbereitungszeit

5 Minuten

Kochzeit

2 Minuten aktiv, 0 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 1.90

Nährwert pro Rezept

98 Kcal, 6 g Fett, 5 g KH

Zutaten

120 g Spinat, gekocht

20 g rote Zwiebeln, hacken

20 g Joghurt nature

20 g Sonnenblumenöl

10 g Zitronensaft

3 g RedLine SüdIndien Curry

1.5 g Salz

RedLine Scharfmacher

1

zusammen vermischen

Scharfmacher für die gewünschte Schärfe