

Brokkoli-Blumenkohl-Salat

Zubereitungszeit **15**
Kalorien pro Portion **988**



Zutaten für 4 Personen

1 Brokkoli
1 Blumenkohl
4 EL Kürbiskerne
2 Karotten
2 rote Zwiebeln
120 g geriebener Cheddar

Dressing:

6 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
6 EL Mayonnaise
2 EL Zitronensaft
2 TL Honig
2 EL Zitronenabrieb
2 EL Sesam
4 EL Schnittlauch

ZUBEREITUNG:

1. Brokkoli und Blumenkohl in kleine Röschen teilen und in kochendem Salzwasser blanchieren. In kaltem Wasser abschrecken. Gemüse in eine große Schüssel geben.
2. Zwiebel in dünne Scheiben und Karotte in Stifte schneiden. Zum Gemüse geben. Gründlich mischen.
3. In einer separaten Schüssel Kikkoman Sojasauce, Mayonnaise, Honig, Saft und abgeriebene Zitronenschale mischen.
4. Dressing an den Salat geben und vorsichtig alle Zutaten mischen.
5. Salat mit gerösteten Kürbiskernen, gehacktem Schnittlauch und Sesam garnieren.