

Kategorie

Vegetarisch

Titel

Blumenkohl-Birnen-Cocktail

Zutaten

1 Prise Zucker

Petersilie und gehackte Haselnüsse
zum Garnieren

500 g feste Birnen

1 kleiner Blumenkohl

Salz, weißer Pfeffer

4 EL Zitronensaft

150 g Joghurt

3 EL Salatmayonnaise

Zutaten für 4 Personen

Zubereitung

Salatmayonnaise mit Joghurt verrühren. Zitronensaft unterrühren, mit Salz, etwas Pfeffer und Zucker abschmecken.

Blumenkohl putzen, waschen und in die Marinade reiben.

Die geschälten Birnen grob raspeln und sofort unterheben.

10 Minuten durchziehen lassen und nochmals abschmecken.

In Cocktailgläser verteilen, mit Haselnusskernen und Petersilie garnieren