

## Rezept

# Erdnuss-Ananas-Dressing

Ein Rezept von Erdnuss-Ananas-Dressing, am 10.05.2026

## Zutaten

<b>2</b> Frühlingszwiebeln	<b>1</b> rote Chilischote
1-2 Knoblauchzehen	½ Bund Koriandergrün
<b>4 EL</b> Erdnussmus	<b>1 EL</b> helle Sojasauce
<b>1 TL</b> Reissessig	<b>200 ml</b> Ananassaft
Meersalz	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 110 kcal

## Zubereitung

1. Die Frühlingszwiebeln putzen und waschen. Das Weiße fein hacken, das Grüne in feine Ringe schneiden. Die Chilischote längs halbieren, putzen, waschen und fein würfeln. Den Knoblauch schälen und sehr fein würfeln. Das Koriandergrün waschen und trocken tupfen, die zarten Stängel und Blättchen fein hacken.
2. Das Erdnussmus mit Sojasauce und Reissessig verrühren. Den Ananassaft nach und nach bis zur gewünschten Konsistenz zugeben und unterrühren.
3. Das Weiße der Frühlingszwiebeln, Chili, Knoblauch und Koriandergrün untermischen, mit Salz würzen. Mit dem Zwiebelgrün bestreuen.