

Rezept

Kürbiskern-Vinaigrette

Ein Rezept von Kürbiskern-Vinaigrette, am 03.07.2026

Zutaten

4 EL Kürbiskerne	2 Bund Schnittlauch
1 Stück Meerrettich	6 EL Apfelessig
1 TL Honig	100 ml Tafelspitzbrühe
Salz	Pfeffer
6 EL Kürbiskernöl	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 230 kcal

Zubereitung

1. Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten, abkühlen lassen und grob hacken. Den Schnittlauch waschen und trocken schütteln, dann in Röllchen schneiden. Den Meerrettich schälen und fein raspeln.
-
2. Alles mit Essig, Honig, Brühe, Salz und Pfeffer verrühren und das Öl einrühren. Das Dressing kräftig abschmecken.