

Rezept

Orientalischer vegetarischer Möhrensalat

Ein Rezept von Orientalischer vegetarischer Möhrensalat, am 28.06.2026

Zutaten

400 g Möhren	50 g Datteln
Saft von 1/2 Zitrone	4 EL Olivenöl
2 Zimtstangen	50 g ungeschälte Mandeln

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min
| **Pro Portion** Ca. 230 kcal

Zubereitung

1. Die Möhren schälen und grob raspeln. Die Datteln entkernen und vierteln. Möhrenraspel, Datteln und Zitronensaft in einer Schüssel mischen.

2. Das Öl zusammen mit den Zimtstangen erhitzen, Zimtstangen entfernen und das Öl über den Salat gießen.

3. Mandeln grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften. Den Salat mit Mandeln bestreut servieren.