

Rezept

Veganes Caesar Dressing

Ein Rezept von Veganes Caesar Dressing, am 27.04.2024

Zutaten

¼ Avocado	⅓ Zucchini
½ Frühlingszwiebel (untere, helle Hälfte)	1 Zitrone
1 Knoblauchzehe	40 g Macadamianusskerne
2 TL Apfelessig	4 EL Olivenöl
1 EL Hefeflocken	1 Prise gemahlene Muskatnuss
Salz	Cayennepfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 200 kcal, 19 g F, 3 g EW, 2 g KH

Zubereitung

1. Avocado schälen und in einen hohen Mixbecher geben. Den Zucchini putzen, waschen und würfeln. Frühlingszwiebel putzen, waschen und in Ringe schneiden. Saft der Zitrone auspressen. Knoblauch schälen und vierteln. Alle vorbereiteten Zutaten zur Avocado in den Mixbecher geben und die restlichen Zutaten ergänzen. 2 EL Wasser hinzugeben.
2. Alles mit einem Stabmixer fein pürieren. Das Dressing passt zu kunterbunten Salatmischungen und hält sich luftdicht verschlossen etwa 3 Tage im Kühlschrank.