Sojabohnensprossen-Salat



Frischer, gesunder Salat

Sojabohnensprossen verwendet man ja eher für asiatische Gerichte.

Ich habe es mir einfach gemacht und einen einfachen, leckeren Salat zubereitet.

Das dauert keine zwei Minuten.

Dressing zubereiten, über die Sojabohnensprossen geben, servieren.

Sojabohnensprossen-Salat



7. Dezember 2020
von Thobie
Kategorie Salat
Personen
2
Zubereitungszeit
2 Minuten
Gesamtzeit
2 Minuten



Zutaten

- 400 g Sojabohnensprossen (2 Packungen à 200 g)
- 2 Lauchzwiebeln
- Weißweinessig
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Zucker

Anleitung

1. Mit Essig, Öl, Salz, Pfeffer und Zucker ein Dressing in einer Schale zubereiten.
2. Lauchzwiebeln putzen und kleinschneiden.
3. Schnittlauch kleinschneiden.
4. Sojabohnensprossen und Lauchzwiebeln in eine Schüssel geben.
5. Dressing darüber geben und alles gut vermischen.
6. Gemüse auf zwei Teller verteilen.
7. Mit Schnittlauch garnieren.
8. Servieren. Guten Appetit!

Schlagwörter

Olivenöl,
Salatkräuter,
Sojabohnensprossen,
Weißweinessig

© 2026 ©Thomas Biedermann
https://www.nudelheissundhos.de/2020/12/07/sojabohnensprossen-salat/