

Tomaten-, Mango- und Joghurt-Dressing

Rezepte von Fernseh-Köchin Sybille Schönberger aus Mörfelden-Walldorf.

Tomaten Dressing

Zutaten:

- 70 ml weißer Balsamico-Essig
- ½ TL Senf
- Salz und Pfeffer
- 60 ml passierte Tomaten
- 40 ml Olivenöl oder Rapsöl
- 1 EL fein geschnittenes Basilikum

Zubereitung:

Alle Zutaten miteinander verrühren. Ein Traum zu allen Blattsalaten und mediterranen Salaten mit Fetakäse, Zwiebeln, Oliven oder ähnlichem. Auch als warme Vinaigrette zu hellem Fisch geeignet!

Asiatisches Mango Dressing

Zutaten:

- 1 EL Koriander - fein geschnitten
- ½ Mango - fein püriert
- ½ Mango - in kleine Würfelchen geschnitten
- Chili nach belieben
- ¼ TL fein geschnittenes Zitronengras
- ½ TL Senf
- Salz und Pfeffer
- 2 EL Sesamöl
- 40 ml Sonnenblumenöl
- 50 ml Reissessig

Zubereitung:

Alle Zutaten miteinander verrühren.

Dieses Dressing eignet sich besonders für bittere Salate wie Chicorée und Radicchio. Aber auch zu Glasnudelsalaten und Reissalaten.

Joghurt Dressing

Zutaten:

- 150 g Joghurt
- Abrieb von einer halben Zitrone
- Saft von einer halben Zitrone
- Salz und Pfeffer
- ½ TL Senf
- ¼ TL zerstoßene Korianderkörner

Zubereitung:

Alle Zutaten miteinander vermengen!

Passt super zu Kopfsalat mit Erdbeeren und Flusskrebsen.