



Dinkelreissalat

 6 Portionen

als Beilagensalat
z.B. zum Grillen

ZUTATEN

180 g Dinkelreis

½ Gurke

10 Cherrytomaten

150 g Mais

100-150 g Kochschinken

Dressing:

3 EL Essig

5 EL Öl

100 ml Sahne

70 g Kräuter Creme fraiche

1 Knoblauchzehe

1 TL Senf

1 TL Zucker

1 TL Salz

1 TL Paprika

½ TL Curry

1 TL Zwiebelgranulat

ZUBEREITUNG

1. Dinkelreis ca. 25 Minuten in Salzwasser köcheln lassen. Im Sieb abgießen und kurz mit kaltem Wasser abbrausen.
2. Gurke und Schinken klein schneiden, Cherrytomaten halbieren und Mais abtropfen lassen.
3. Dressing herstellen und sehr gut vermengen (kann man auch mit Stabmixer pürieren).
4. Alles locker vermischen, ziehen lassen und bei Bedarf noch würzen.

