



BioGourmet

Zutaten für 2-4 Portionen
400 g Minigurken

Für das Dressing

1 Knoblauchzehe

1 Schalotte

2 EL Reisweinessig

4 EL Bio Soja Sauce von Hans

Reisetbauer und Roland Trettl

1 EL Sesamöl nativ von BioGourmet

1-2 TL Ingwersaft von BioGourmet

1 EL Ahornsirup Grad C von BioGourmet

1 TL Sambal Oelek rot oder gelb von

BioGourmet, je nach gewünschter
Schärfe

Außerdem

Etwas Sesam von BioGourmet

Optional: rote Chilifäden



Scharfer Gurkensalat mit Soja-Dressing

Dieser asiatische Gurkensalat mit Sesam, Sambal Oelek und einem aromatischen Dressing aus Sesamöl, Sojasauce und Reisessig bringt frischen Schwung in jede Salatschüssel.

Zubereitung

Die Gurken gründlich waschen und die Enden abschneiden. Gurke zwischen zwei Essstäbchen legen und in Scheiben schneiden, dabei darauf achten, dass sie unten noch zusammenhängen. Anschließend die Gurken mit den Einschnitten nach unten auf das Schneidebrett legen und erneut, diesmal leicht schräg in Scheiben schneiden. Diese Methode sorgt dafür, dass die Gurke aufgefächert wird, aber dennoch zusammenhält.

Den Knoblauch fein hacken, die Schalotte würfeln. Nun das Dressing zubereiten. Dafür alle Zutaten mischen und abschmecken. Die Gurken im Dressing wenden und einige Minuten ziehen lassen. Mit Sesam bestreut servieren.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Nachkochen!

Weitere Rezeptideen finden Sie auf www.bio-gourmet.com/rezepte