

Sommersalat mit Falafel

Herzhafte Falafel-Bällchen auf sommerlichem Salat-Bett mit fruchtiger Himbeer Vinaigrette – davon können wir gar nicht genug bekommen!

Zutaten
4 Portionen

Schnelle Falafel
1 Pck. Bohlsener Mühle Kichererbsen Falafel
Byodo Bratöl mit Sesamöl
Dip
100 g Naturjoghurt
1 EL Byodo Himbeer Balsam
1 EL Zitronensaft
1 TL Agavendicksaft
1 Stiel Minze, frisch
Salat
100 g gemischter Salat
1 Salatherz
5 Radieschen
2 Minigurken
50 g Rotkohl
10 Cocktailtomaten
30 g Kerne, gemischt
2 EL Byodo Himbeer Balsam
4 EL Byodo Rapsöl, nativ
1 TL Byodo Mittelscharfer Senf
3 TL Agavendicksaft
Byodo Meersalz

Pfeffer

Zubereitung

Bohlsener Mühle Falafel nach Packungsanleitung zubereiten und in Byodo Bratöl goldbraun braten.

Alternativ können die Falafel mit unserem Rezept auch selbstgemacht und gewürzt werden.

Für den Dip Joghurt, Himbeer Balsam, Zitronensaft und Agavendicksaft verrühren. Gehackte Minze dazugeben.

Den Salat putzen, waschen und trocken schleudern. Radieschen, Gurken und Rotkohl in kleine Stücke schneiden. Cocktailtomaten halbieren. Die gemischten Kerne ohne Öl in einer Pfanne anrösten. Alles in einer großen Schüssel vermengen. Himbeer Balsam mit Öl und den weiteren Zutaten für die Vinaigrette in einem Schraubglas vermengen und abschmecken.

Den Salat kurz vor dem Verzehr mit der Himbeer Vinaigrette vermengen. Falafel und den Dip dazu reichen.