

## Kemüse Bowl Joghurt-Kresse-Dip



### Zutaten (für 1 Person)

5 Stk. **Kemüse Bällchen „Knuspermantel“**  
(Art.-Nr: 9098)

#### Bowl

200 g grüner Spargel  
1 Avocado  
120 g Pflücksalat/ Wildkräutersalat  
60 g Mais  
8 Stk. Cherry-Tomaten  
150 g Drillinge  
Thymian, Rosmarin  
Steinsalz, Pfeffer, Knoblauch  
Minze  
Basilikum  
Schnittlauch  
HippoTops (Koppert Cress)

#### Joghurt-Kresse-Dip

120 g Joghurt  
1 TL Limette  
1 TL Olivenöl  
Kresse Mix (Sakura Mix)  
Honig / Agavendicksaft  
Steinsalz, Pfeffer

### Zubereitung

1. Rotkohl waschen und schneiden, mit Salz, Pfeffer, Essig sowie Öl marinieren und kneten.
2. Karotten schälen, in Stifte und Radieschen in Scheiben schneiden.
3. Grünen Spargel putzen und bissfest blanchieren.
4. Minze, Basilikum und Schnittlauch hacken und unter den gewaschenen Pflücksalat (3 % im Verhältnis) mengen.
5. Für den Dip Joghurt mit Honig, Olivenöl und Gewürze verrühren.
6. Drillinge ungeschält in Salzwasser kochen.
7. Alle Zutaten in einer Bowl anrichten.
8. Kresse als Topping auf den Salat geben.
9. Gemüse Bällchen zubereiten und warm auf den Salat setzen.

#### Empfehlung:

Kemüse Bällchen in der Fritteuse bei ca. 170 °C für ca. 5 Minuten