

Asiatischer Lauchsalat



Asiatischer Lauch-Salat

1 Portion Sojasprossen
1 Portion Lauch
Currypulver
Salz, Pfeffer
Balsamico Essig

Die Sojabohnensprossen waschen und den Lauch ebenfalls waschen, schälen und in feine Ringe schneiden.

Eine Pfanne mit wenig Wasser erhitzen und die Sojabohnensprossen sowie die Lauchringe kurz anbraten. Das Ganze mit Currypulver, Salz, Pfeffer und Essig würzen, abkühlen lassen und auf einem Teller anrichten. Guten Appetit!

Metabolic Balance GmbH