

Zutaten

- 1 Mango
- 200 g Babyspinat
- 120 ml Erdnussöl
- 60 ml Reisessig

Vorspeise

Mango-Spinat-Salat

Entdecken Sie unser Rezept für einen frischen Mango-Spinat-Salat. Einfach zubereiten und genießen! Besuchen Sie die Kochateliers für mehr Ideen.

So wird’s gemacht:

1. Sprossen zum Garnieren (Knoblauchsprossen, Erbsensprossen etc.)
2. Den Babyspinat mit Erdnussöl, Reisessig, Salz und Pfeffer marinieren.
3. Die Mango schälen, in Spalten schneiden und mit dem Spinatsalat anrichten, mit Sprossen garnieren.