

# Brokkoli-Spargel-Salat



## Zutaten

Für 2-3 Personen  
600 g Brokkoliröschen  
200 g Zuckerschoten  
200 g Erbsen  
250 g grüner Spargel  
2 Zucchini  
2 EL Olivenöl  
4 feingehackte Frühlingszwiebeln

Für das Joghurt Dressing  
500 g Soja-Joghurt  
je einen 1/2 Bund Basilikum und Petersilie  
Zitronenabrieb von ½ Bio-Zitrone  
Zitronensaft  
2 EL Olivenöl,  
Salz und Pfeffer

## Zubereitung

Die Zucchini mit einem Sparschäler in schmale Streifen schneiden und eine Minute blanchieren. Die Erbsen in einem großen Topf mit kochendem gesalzenem Wasser 3 min. garen. Brokkoliröschen, Spargel und Zuckerschoten dazugeben und weitere 2-3 min. bissfest garen lassen. Danach sofort in einem Sieb abtropfen lassen und in einer Schüssel mit Olivenöl marinieren. Den Salat anschließend mit der Sauce und den Frühlingszwiebeln anrichten.

Joghurt Dressing:  
Basilikum und Petersilie grob hacken. Allen Zutaten zusammenmixen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.