

## myLINE Spargelsalat mit Senfdressing

### Zutaten für eine halbe myLINE-Mahlzeit:

- ✓ 150 ml Joghurt (1,5% Fett)
- ✓ 1 gehäufte Messlöffel myLINE-Basis
- ✓ 2 TL Senf
- ✓ 1 EL Essig (z.B. Balsamico)
- ✓ ca. 100 g Spargel
- ✓ 1 Handvoll Salat
- ✓ 1 Handvoll Tomaten
- ✓ Nach Geschmack: Salz, Pfeffer, frische Kräuter

Den Spargel waschen, (weißen Spargel schälen) und kochen.

Salat und Tomaten waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.

Das Joghurt in eine Schüssel geben, die myLINE-Basis, den Senf, Essig und die Gewürze mit dem Schneebesen unter das Joghurt rühren.

Den Spargel mit dem Salat und den Tomaten anrichten und mit dem Dressing marinieren.

*Tipp:* Das Dressing ca. 30 Minuten vor dem Servieren im Kühlschrank durchziehen lassen.

