

# Chicoree-Orangen/Apfelsalat mit Baumnüssen

Für 4 Personen:

4-5	Chicoree
3	Orangen oder Äpfel
400 g	Sojajoghurt nature
Einige	Baumnüsse
	Salz, Pfeffer, Paprika

1. Chicoree waschen, den Strunk rausschneiden und in Streifen schneiden.
2. Orangen oder Äpfel schälen und in Würfel schneiden, einpaar als Dekoration grösser lassen.
3. Sojajoghurt mit den Gewürzen mischen.
4. Baumnüsse grob hacken.
5. Chicoree, Orangen oder Äpfel mit der Sauce mischen und Baumnüsse zufügen.

**Profitipp:** Da der Chicoree eher ein bitterer Salat ist, gleicht sich dies mit dem Joghurt und der süsse der Orangen bzw. Äpfel gut aus. Andere Nüsse und/oder Kerne zufügen.

**Einkaufstipp:** Beim Sojajoghurt darauf achten, dass es ohne Zucker ist.