

# Gemüsesalat Thermomix® Style - Cookido®

## Zutaten

- 20 - 30 g Weissweinessig (optional)  
oder 20 - 30 g Zitronensaft (optional)
- ¼ Bund Petersilie (ca. 5 g), Blätter abgezapft (optional)
- 400 g gemischtes Gemüse, in Stücken (z.B. 200 g Karotten, 200 g Kohlrabi, siehe Varianten)
- 1 Apfel (ca. 150 g), geviertelt
- 150 g Zucchini, in Stücken (3 cm)
- 30 g Sonnenblumenkerne (optional)
- 2 Prisen Salz (optional)
- 2 Prisen Pfeffer, gemahlen (optional)

## Zubereitung

1. Dip/Aufstrich (80-200 g) im Mixtopf lassen. Weissweinessig, Petersilie, Kohlrabi, Karotten, Apfel, Zucchini, Sonnenblumenkerne, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben, mithilfe des Spatels 5-7 Sek./Stufe 4.5 zerkleinern, abschmecken und servieren.

## Tipps & Tricks

- Als Gemüse kann auch Knollensellerie, Stangensellerie, Kabis, Rando oder Kürbis verwendet werden.
- Statt Apfel und Zucchini kann Birne, Blumenkohl, Broccoli oder Peperoni verwendet werden.
- Statt Sonnenblumenkerne können auch diverse Kerne und Nüsse verwendet werden (z.B. Kürbiskerne, Mandeln und Haselnüsse). Statt Weissweinessig kann auch Apfelessig, Kräuternessig oder Aceto Balsamico bianco verwendet werden. Je nach Dip/Aufstrich kann die Menge an Essig variieren.
- Dieses Rezept verwendet einen Dip/Aufstrich als Grundlage für die Sauce. Die Menge des Dips/Aufstrichs kann je nach Zutat und Konsistenz variieren. (z.B. Mayonnaise 80 - 100 g, Dip/Aufstrich 150 - 200 g)