

Curry-Wildreissalat

von Anna Gugger

Mengen für 10 Personen

375 g Wildreis Reis ins siedende Salzwasser geben, aufkochen, Hitze reduzieren, offen bei mittlerer Hitze ca. 15 Min. köcheln. Reis abtropfen und abkühlen.

2 dl Essig

1.0 dl Öl

375 g Jogurt

* 5 g Salz

35 g Curry Essig, Öl und Jogurt in einer grossen Schüssel verrühren, würzen.

5.0 Stück Rüebli

500 g Kichererbsen

625 g Äpfel Reis, Rüebli, Kichererbsen und Äpfel zum Dressing geben, mischen.

* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g