



Griechisches Dressing

Zeit gesamt
5min

Zubereitungszeit
5min

Schwierigkeit
Einfach



Zutaten

für 1 Portionen

Zitronen	1 St.
Feta	100 g
Joghurt, natur	5 EL
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Zucker	1 TL
Oregano, getrocknet	1 TL

Zubereitung



Küchenutensilien

hohes Gefäß

1. Zitrone halbieren und Saft auspressen. Feta mit den Händen zerbröseln. In ein hohes Gefäß Joghurt, 2 EL Zitronensaft, Feta und 2 EL Wasser geben und fein pürieren.
2. Griechisches Dressing mit Salz, Pfeffer, Zucker und Oregano abschmecken und servieren. Dressing über den Salat geben oder in einem Glas verschlossen im Kühlschrank aufbewahren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	359 kcal
Kohlenhydrate	23 g
Eiweiß	21 g
Ballaststoffe	4 g
Fette	23 g