



# TU Clausthal

## Salat mit Lachs und Orangendressing

| *Zubereitungszeit: ca. 20 min* |



### Zutaten :

- 200gr Datteltomaten
- 200gr Lachsfilets
- ½ Gurke
- 1 Kopf Römersalat
- 1 Avocado
- ½ Limette
- ½ TL Olivenöl zum braten

### Dressing:

- Saft 1 Orange
- 2EL heller Balsamico
- 1TL Senf
- 2EL Honig
- 1EL Olivenöl
- Salz & Pfeffer



60% Protein



76% Fett



17% Kohlenhydrate

### Und so geht's:

Tomaten waschen, halbieren. Salatgurke waschen, längs halbieren und in Scheiben schneiden. Salate zerzupfen, Blätter gründlich waschen. Die Avocado halbieren und in Streifen schneiden, mit etwas Limettensaft beträufeln und zum Salat drapieren. In einer Pfanne den Lachs mit Salz & Pfeffer würzen und anschließend mit etwas Olivenöl anbraten. Mit dem Dressing servieren.

