Parmesaniger Spinatsalat mit Champignons und Oliven

Bei den heißen Temperaturen esse ich am liebsten Salat. Salat, der gleichzeitig aber auch satt macht. Mit Stärke und Hülsenfrüchten drin. Dieser Salat hat ein leicht käsiges Aroma und durch die Oliven mediterranes Flair. Daher habe ich ihn parmesanigen Spinatsalat getauft.😊

Zutaten:

100 g Babyspinat
1 Frühlingszwiebel, in Ringe geschnitten
1 Glas Kichererbsen, 220 g Abtropfgewicht
250 g Champignons, in Scheiben geschnitten
Ca. 60 g schwarze Oliven, in Scheiben geschnitten

Für das Dressing:

25 g Walnüsse
100 ml Wasser
2 EL Hefeflocken
1 TL Dijon Senf

1 Knoblauchzehe
1 EL Apfelessig
1/4 TL Salz

1. Alle Zutaten in eine Schüssel geben
2. Alles Dressingzutaten mit dem Mixer pürieren.
3. Dressing zu den Salatzutaten in die Schüssel geben. Umrühren. Fertig!