

Brokkoli-Sesam-Salat

Zutaten

1 ganzer Brokkoli
1 EL Essig (wenn möglich Balsamico)
2 Knoblauchzehen (fein gewürfelt)
1 EL Kreuzkümmel (ganze Samen oder Pulver)
3 EL Sesam-Öl
Salz



1. Den Brokkoli in mundgerechte Stücke schneiden und in einer großen Schüssel mit Salz und Essig vermengen.
2. In einer Pfanne das Sesam-Öl erhitzen und den Knoblauch und den Kreuzkümmel 1-2 Minuten anbraten. Die Mischung über den Brokkoli gießen und alles 1 Stunde bei Zimmertemperatur ziehen lassen.