

Veganes Caesars-Dressing

Zutaten für etwa 220 ml

- 70 g Cashewkerne | entweder über Nacht in Wasser einweichen oder für etwa 40 Minuten in sehr heißes Wasser einweichen – das Wasser in beiden Fällen danach über ein Sieb abgießen
- 60 ml stilles Wasser
- 2 TL Kapern | z.B. eingelegte Kapern aus dem Glas
- 2 TL Agavendicksaft
- 2 EL Öl
- 1 EL Zitronensaft
- 1 TL Dijon-Senf | alternativ: mittelscharfer Senf
- 1 Knoblauchzehe | geschält
- 1/2 EL Sojasauce
- 1 Prise Salz
- optional: 1 EL frische oder getrocknete Kräuter | z.B. fein gehackte Petersilie

Hilfsmittel:

- höheres Gefäß zum Pürieren
- Stabmixer bzw. Pürierstab
- Glas oder Flasche mit Schraubverschluss
- Sieb
- Wasser zum Einweichen für die Cashewkerne

Nährwertangaben pro 100 g: 284 kcal | 15 g KH | 5 g E | 23 g F

Abkürzungen: g = Gramm | EL = Esslöffel | ml = Milliliter | TL = Teelöffel | KH = Kohlenhydrate | F = Fett | E = Eiweiß | kcal = Kalorien

Zubereitung

1. Zutaten pürieren: Alle Zutaten in ein höheres Gefäß geben und mit dem Stabmixer pürieren.

2. Veganes Caesars-Dressing abschmecken:

Abschließend nach Bedarf mit Salz und Kräutern abschmecken. Das Dressing in ein sauberes Schraubglas füllen und bis zum Verzehr im Kühlschrank lagern.

Du hast etwas nachgemacht?



Zeig es uns auf Instagram mit

@waf.foodies oder #waffood #wafvegan
#wafveggie #wafkochen #wafbacken

Haltbarkeit

Verschlossen im Kühlschrank für etwa 5 Tage aufbewahren.

