



Hozzávalók:

1 evőkanál kristálycukor, 1 kiskanál ételízesítő por, 1 csokor petrezselyem, 1 csokor kapor, 2 evőkanál metélőhagyma, 1-1 evőkanál friss rozmaring, bazsalikom és tárkony (a szárítottból a fele is elég), 1 evőkanál mustár, csipetnyi őrölt fekete bors, 2 evőkanál vörösborecet, 0,5 dl olaj (olíva- vagy kukoricacsíra-olaj, illetve másféle hidegen sajtolt olaj is lehet)

1. 2 deci vizet a cukorral meg az ételízesítővel 2 percig forralunk, majd a tűzről lehúzzuk, és megvárjuk, amíg kihűl. Közben az összes zöldfűszert megmossuk, a levélkéket a szájakról lecsipkedjük, finomra vágjuk, és az ízesített vízbe szórjuk.

2. A mustárt meg a borsot az ecettel simára keverjük, cseppenként az olajat is beledolgozzuk, végül a „finomfüves” lével összekeverjük. Leginkább a friss zöldségekből készült salátákhoz való.

4 főre

Elkészítési idő: 25 perc

Egy adag: 195 kcal