



RAW FOOD BOWL

Für alle Foodies die gerne mal roh genießen: eine Raw Food Bowl mit frischem Thunfischfilet und hippen pink-gestreiften Rüben.

ZEITSCHÄTZUNG
15 MIN

SCHWIERIGKEIT
SUPER EASY

ERNÄHRUNG
ALLESESSER

DAS BRAUCHST DU

für 2 Portionen:

- 1 Packung Simply Good Zucchini Zoodles
- 1 Packung Simply Good Joghurt Dressing
- 160g frisches Thunfischfilet
- 2-3 Chioggia Rüben
- 1 halbierte Avocado ohne Kern
- frischer Ingwer und Kurkuma
- schwarzer Sesam zum Dekorieren
- Salz & Pfeffer

SO GELINGT'S DIR



Thunfischfilet in Sesam wälzen und in Scheiben schneiden. Anschließend Zoodles in einer Bowl anrichten.



Rüben in dünne Scheiben schneiden und über den Zoodles verteilen. Thunfischstreifen ebenfalls in der Bowl anrichten.



Für die Sauce, Ingwer und Kurkuma schälen und mit dem Joghurt Dressing pürieren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.



Halbierte Avocado mit Sauce befüllen.



In der Bowl anrichten und genießen! Tipp: Anstatt der Zucchini Zoodles kannst du auch unsere Karotten Zoodles oder beides verwenden.