RAW FOOD BOWL

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

Zeitschätzung	Schwierigkeit	Ernährung
15 MIN	**SUPER EASY**	**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

1

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

2

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

3

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

4

Halbierte Avocado mit Sauce befüllen.

5

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

© Delikatessa Lebensmittel-Handels- und Erzeugungs-Gesellschaft m.b.H., 2025. All rights reserved.

ERHÄLTLICH BEI: BILLA & BILLA PLUS ADEG Sutterlüty