**Süßkartoffel-Obstsalat mit Curry**

**Zutaten für 4 Personen:**

700 g Süßkartoffeln

200 g Joghurt (5 %)

1 EL Honig

abgeriebene Schale und Saft von 1 Biozitrone

1 EL geriebener Ingwer

1-1/2 TL Currypulver

1 grüner Apfel

1 große Aprikose

1 reife Banane

85 g getrocknete Kirschen

60 g Walnusskerne

40 g frische Minzblätter

Salz

1. Ungeschälte Süßkartoffeln würfeln und in kochendem Salzwasser ca. 10 Minuten garen, abgießen.
2. Joghurt, Honig, Zitronenschale und -saft, Ingwer und Curry in einer Schüssel miteinander verrühren. Mit Salz abschmecken.
3. Obst und die Minze kleinschneiden. Obst, Walnüsse, Süßkartoffeln und die Hälfte der Minze zum Dressing hinzugeben und vermengen. Salat mit restlichen Minzblättern bestreuen und bis zum Verzehr kaltstellen.

**Zubereitungszeit/Arbeitszeit:** 40 Minuten

**Nährwerte pro Portion:**

410 kcal/ 1720 kJ

8 g Eiweiß

13 g Fett

68 g Kohlenhydrate

*Rezept von Top of the Apple*