

# Mais-Ananassalat Rogan Josh

für 1 Person

Vorbereitungszeit

5 Minuten

Kochzeit

0 Minuten aktiv, 0 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. -.70

Nährwert pro Rezept

255 Kcal, 18 g Fett, 25 g KH

---

## Zutaten

100 g Süssmais (Dose od. TK)

30 g Ananas, würfeln

20 g Mayonnaise

3 g Rogan Josh Curry (RL Gewürz)

Tonamat (RL Gewürz)

1

zusammen vermischen  
nach Belieben würzen