Rezept

Pastinaken-Apfel-Salat

Ein Rezept von Pastinaken-Apfel-Salat, am 29.04.2024

Zutaten

2-3	Pastinaken (ca. 500 g)
1	Zitrone
2 EL	Apfelgelee
2 EL	Apfelessig
1 TL	Dijon-Senf
1 Bund	Petersilie
1 Staude	Chicorée
	Zucker
1 Stück	Knollensellerie (ca. 200 g)
1	Orange
2	kleine Äpfel (z. B. Elstar)
1 EL	flüssiger Honig
6 EL	Öl
1	kleiner Radicchio
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Pastinaken und Sellerie schälen und auf der Rohkostreibe mittelfein raspeln. Zitrone und Orange auspressen. Das Gelee erwärmen, die Zitrussäfte unterrühren und die Mischung über die Gemüseraspel gießen. Mit einer Gabel gut mischen und ca. 1 Min. durchrühren, damit sich die Aromen gut verbinden. Anschließend zugedeckt beiseitestellen.

2. Die Äpfel schälen und vierteln, die Kerngehäuse herausschneiden und die Apfelviertel mittelfein raspeln. Den Essig mit Honig und Senf glatt verrühren, dann das Öl kräftig unterschlagen. Die geraspelten Äpfel mit der Vinaigrette unter den vorbereiteten Salat mischen. Zugedeckt ca. 30 Min. durchziehen lassen.

3. Die Petersilie waschen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen, große Blätter etwas kleiner zupfen. Radicchio und Chicorée putzen, die Blätter ablösen und jeweils den Strunk herausschneiden. Die Blätter quer halbieren und mischen, in einem Sieb waschen, abtropfen lassen und auf Teller verteilen. Den Pastinaken-Apfel-Salat mit Salz und Zucker abschmecken und die Petersilie untermischen. Den Salat auf den Chicorée- und Radicchioblättern anrichten.