

Rezept

Feldsalat mit Äpfeln und Champignons

Ein Rezept von Feldsalat mit Äpfeln und Champignons, am 09.06.2026

Zutaten

150 g Feldsalat	1 mittelgroßer, säuerlicher Apfel (z. B. Braeburn)
150 g Champignons	3 EL Apfelessig
1 EL scharfer Senf (z. B. Dijon-Senf)	Salz
Pfeffer	1 EL + 1 TL Olivenöl
2 Scheiben Weizenvollkorntoast	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 167 kcal

Zubereitung

1. Den Feldsalat gründlich waschen, putzen, verlesen und gut abtropfen lassen. Den Apfel heiß waschen, das Kerngehäuse entfernen und das Fruchtfleisch in dünne Spalten schneiden. Die Champignons putzen, die Stiele abschneiden und die Köpfchen in dünne Scheiben schneiden.
2. Feldsalat, Apfelspalten und Champignonscheiben in einer großen Schüssel vermischen. Den Apfelessig mit Senf, Salz und Pfeffer gut verrühren und 1 EL Olivenöl mit einem kleinen Schneebeesen unterschlagen. Den Salat mit der Marinade begießen, gut vermischen und kurz ziehen lassen.
3. Inzwischen die Toastscheiben in Würfel schneiden, das restliche Öl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Brotwürfel unter ständigem Rühren zu knusprigen Croûtons braten. Den Salat auf zwei Tellern anrichten und mit den Croûtons bestreut servieren.