Rezept

Rote-Bete-Apfel-Salat mit Meerrettich

Ein Rezept von Rote-Bete-Apfel-Salat mit Meerrettich, am 17.05.2025

Zutaten

- **600 g** vorgegarte Rote Beten (vakuumverpackt)
- **1 EL** Zitronensaft
- **1 EL** Weißweinessig
- **100 g** saure Sahne
- Salz
- **1** Kästchen Kresse
- **1** großer Apfel (z.B. Boskop)
- **60 g** Walnusskerne
- **3 EL** Walnussöl
- **1/2 TL** Meerrettich (aus dem Glas)
- Pfeffer

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 270 kcal

Zubereitung

1. Die Roten Beten erst in Scheiben, diese dann in Stifte schneiden. Apfel waschen, vierteln, entkernen und ebenfalls in Stifte schneiden. Mit dem Zitronensaft mischen und mit den Roten Beten auf Tellern anrichten.

---

2. Walnusskerne grob hacken, 1 EL davon beiseite stellen. Restliche Nüsse mit Essig, Öl und etwas saurer Sahne pürieren. Übrige saure Sahne und Meerrettich untermischen, salzen und pfeffern. Das Dressing auf dem Salat verteilen und die Kresse mit einer Schere darüber schneiden, übrige gehackte Nüsse darüber streuen.