

Rezept

Schinkenröllchen Waldorf

Ein Rezept von Schinkenröllchen Waldorf, am 30.06.2026

Zutaten

35 g Walnüsse	200 g Knollensellerie
Salz	1 grüner Apfel
3 EL Joghurt (1,5 % Fett)	2 EL Mayonnaise (fettreduziert)
schwarzer Pfeffer	Worcester-Sauce
Tabasco	6-8 Scheiben gekochter Schinken (ca. 180 g)
1 Handvoll Rucola	1-2 TL Zitronensaft
1-2 EL Olivenöl	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 419 kcal

Zubereitung

1. Die Walnüsse grob hacken. In einer beschichteten Pfanne ohne Fett leicht rösten und beiseitestellen.

2. Den Sellerie schälen, vierteln, in feine Streifen schneiden und in kochendem Salzwasser ca. 1 Min. kochen. Dann auf ein Sieb abgießen und kalt abschrecken. Den Apfel waschen, schälen und in Scheiben vom Kerngehäuse schneiden. Anschließend in feine Streifen schneiden.

3. In einer Schüssel Sellerie, Apfelstreifen und die Nüsse mit Joghurt und Mayonnaise vermischen. Mit Salz, Pfeffer und der Worcester-Sauce sowie 1 Spritzer Tabasco würzen. Die Schinkenscheiben nebeneinander auf die Arbeitsfläche legen. Auf jede Scheibe etwas Selleriesalat geben und den Schinken aufrollen.

4. Den Rucola waschen und trocken schleudern. Auf einer Platte mit Zitronensaft und Olivenöl beträufeln und die Schinkenrollen darauf servieren.