

## Rezept

# Schinkenröllchen Waldorf

Ein Rezept von Schinkenröllchen Waldorf, am 18.12.2025

## Zutaten

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