

Rezept

# Schwarzwurzel-Apfel-Salat mit Quitten-Muskatnuss-Vinaigrette

Ein Rezept von Schwarzwurzel-Apfel-Salat mit Quitten-Muskatnuss-Vinaigrette, am 17.06.2024

## Zutaten

<b>2 EL</b> Orangensaft	<b>1 TL</b> Sherryessig
Meersalz	<b>2 EL</b> Dijonsenf
<b>3 EL</b> Quittengelee	grüner Pfeffer aus der Mühle
<b>1/2 TL</b> frisch geriebene Muskatnuss	<b>2 EL</b> Walnussöl
<b>2 EL</b> Traubenkernöl	<b>600 g</b> Schwarzwurzeln
<b>3 EL</b> Zitronensaft	<b>2</b> aromatische Äpfel (z. B. Cox Orange oder Rubinette)
<b>30 g</b> Walnusskerne	<b>1</b> kleines Kästchen Daikonkresse oder Rote-Bete-Sprossen

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 235 kcal, 17 g F, 4 g EW, 17 g KH

## Zubereitung

1. Für die Vinaigrette Orangensaft und Essig mit dem Salz so lange verrühren, bis sich das Salz aufgelöst hat. Senf und Gelee zugeben und glatt rühren. Mit Pfeffer und Muskatnuss würzen. Nach und nach die beiden Öle unterschlagen, bis die Vinaigrette eine homogene, cremige Konsistenz hat.
2. Für den Salat die Schwarzwurzeln unter fließendem Wasser sauber bürsten und nach Belieben halbieren. Den Zitronensaft in einen Topf mit kochendem Wasser geben und die Schwarzwurzeln darin etwa 20 Min. kochen. Sie sollen gar, aber nicht zu weich sein.
3. Die Schwarzwurzeln abgießen, kurz abschrecken, schälen und schräg in dünne Scheibchen schneiden. Die Äpfel schälen, vierteln, vom Kerngehäuse befreien und blättrig schneiden.
4. Schwarzwurzeln und Äpfel mit der Vinaigrette mischen und etwas durchziehen lassen. Die Walnusskerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten, bis sie duften. Abkühlen und zusammen mit der Kresse oder den Sprossen über den Salat streuen.