

Rezept

Selleriesalat mit roter Bete

Ein Rezept von Selleriesalat mit roter Bete, am 30.05.2023

Zutaten

3 EL saure Sahne	1 EL Zitronensaft
2 EL Walnussöl	Salz
Pfeffer	1 kleiner säuerlicher Apfel (z. B. Boskop)
125 g Sellerie	125 g Rote Bete
2 EL Walnusskerne	½ Bund Schnittlauch

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 285 kcal, 23 g F, 5 g EW, 13 g KH

Zubereitung

1. Die saure Sahne mit Zitronensaft und Walnussöl verrühren, salzen und pfeffern.

2. Den Apfel waschen, gut abreiben und nach Belieben schälen, dann grob raspeln und dabei das Kerngehäuse aussparen. Die Apfelraspel sofort in dem Dressing wenden.

3. Sellerie und Rote Beten schälen, dabei Küchenhandschuhe anziehen, da der Saft stark abfärbt. Sellerie und Rote Beten grob raspeln, mit den Apfelraspeln mischen.

4. Den Salat auf zwei Tellern anrichten. Die Walnusskerne grob hacken und darüber verteilen. Den Schnittlauch kalt abbrausen, trocken tupfen, in Röllchen schneiden und über den Salat streuen. Sofort servieren.