

Rezept

Wurstsalat mit Lauch und Äpfeln

Ein Rezept von Wurstsalat mit Lauch und Äpfeln, am 09.06.2026

Zutaten

1 große Stange Lauch	2 kleine rotschalige Äpfel
1 EL Zitronensaft	Salz
Pfeffer	500 g Fleischwurst
3-4 EL Essig (z. B. Apfelessig)	1 TL geriebener Meerrettich (Glas)
Zucker	4 EL Öl

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 520 kcal

Zubereitung

1. Den Lauch putzen, waschen und in ½ cm dünne Ringe schneiden. Die Äpfel waschen, vierteln, entkernen und in Stücke schneiden, mit Zitronensaft beträufeln.

2. Den Lauch in wenig kochendem Salzwasser 2 Min. dünsten. Die Fleischwurst schälen, längs halbieren und in dünne Scheiben schneiden. Lauch abgießen und gut abtropfen lassen.

3. Den Essig mit Salz, Pfeffer, Meerrettich und 1 Prise Zucker verrühren. Das Öl unterrühren. Fleischwurst, Lauch, Äpfel und Meerrettich-Vinaigrette vermengen. Den Wurstsalat 30 Min. ziehen lassen.