



Apfel-Rettich-Salat



1 Portion



15 Min.

Zutaten

1-2 Schwarzer Rettich

1 Apfel

1 Tl Salz

50g Walnüsse

Dressing

100g Sahne

1 El Apfelessig

1 El Ahornsirup

½ El Sonnenblumenöl

½ Bd. Petersilie

Salz, Pfeffer

Zubereitung

1. Den Rettich und den Apfel waschen und beides mit der Reibe fein raspeln. Mit dem Salz vermengen und 10 Min. beiseitestellen.

2. Die Walnüsse hacken und in einer Pfanne anrösten und abkühlen lassen.

Petersilie waschen und hacken. Alle restlichen Zutaten für das Dressing in einer Schüssel vermengen und anschließend die Petersilie unterheben.

3. Das Dressing und die gerösteten Walnüsse zum geraspelten Rettich mit dem Apfel geben und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Sofort servieren - Fertig!

Schon
gewusst?



Aus schwarzem Rettich lässt sich auch ein sehr wirksamer Hustensaft selber herstellen!

Guten
Appetit!