

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Schwarzwurzel-Salat mit Apfel

Zutaten:

Salat: 500 - 600 g Schwarzwurzeln, etwas Zitronensaft, Salz, 2 Äpfel, 8 - 10 Walnuskerne, 1 Kästchen Kresse

Vinaigrette: 2 EL Orangensaft, 1 TL Weißweinessig, 1 EL milder Senf, 3 EL Quittengelee, Salz, Pfeffer, Muskatnuss, 3 EL Walnussöl

Zubereitung: Für die Vinaigrette Orangensaft, Essig, Senf, Quittengelee, Salz, Pfeffer und frisch geriebene Muskatnuss kräftig glatt rühren. Nach und nach das Öl unterschlagen, bis die Vinaigrette eine cremige Konsistenz hat.

Für den Salat die Schwarzwurzeln waschen, schälen, schräg in dünne Scheiben schneiden und in Zitronenwasser geben. In kochendem Salzwasser etwa 10 bis 15 Minuten bissfest kochen. Die Schwarzwurzeln abgießen, kurz abschrecken und gut abtropfen lassen. Die Walnuskerne grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten. Den Salat anrichten und mit den Walnüssen bestreuen. Die Kresse unter fließendem Wasser abbrausen, trocken schütteln und vom Beet schneiden. Über den Salat streuen und servieren.

Guten Appetit wünscht ihr **Gemüsebringt's**-Team
www.gemuese-bringts.com