



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW16 | 2020

Rote Bete Möhren Apfel Salat mit Honig Senf Dressing

Zutaten

- 500g Rote Bete
- 200g Möhren
- 1 Apfel
- 1TL Zitronensaft;
- 1EL Honig
- 1TL Ganzkorn Senf
- 5EL Balsamico
- 1EL Leinsaat Braun
- 1EL Sonnenblumenkerne
- Salz
- Pfeffer.

Zubereitung

Rote Bete schälen, grob raspeln und auf einer Servierplatte verteilen. Möhren schälen, grob raspeln und auf die rote Bete geben. Apfel vierteln, Kerngehäuse entfernen. Viertel grob raspeln, mit Zitronensaft beträufeln und in der Mitte der Platte aufhäufen

Honig, Senf, Essig, Salz und Pfeffer verrühren und über den Salat gießen. Mit Leinsamen und Sonnenblumenkernen bestreuen.