



Lebendiges Land
Ökologische Produkte

Rezept der Woche KW27 | 2020

Mairübchen-Salat mit Äpfeln

4 Portionen

Zutaten

- 4 Mairübchen
- 2 Äpfel
- 50 g Cashewkerne

Für das Dressing

- 250g Joghurt
- 8 EL Olivenöl
- 3 EL Weißweinessig
- 2 EL Zitronensaft
- 2 EL Dill
- 2 Knoblauchzehen
- 2 EL Schnittlauch
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung

Mairübchen schälen, in dünne Scheiben schneiden und in eine Schüssel geben. Die Äpfel schälen, entkernen, in dünne Scheiben schneiden und dazugeben.

Knoblauch und frischen Dill klein schneiden.

Joghurt, Essig, Olivenöl, Zitronensaft, Dill, Knoblauch, Pfeffer und Salz verrühren. Dressing über die Mairübchen-Apfel-Mischung geben und gut vermengen.

Cashewkerne ohne Fett in einer Pfanne rösten und über den Salat streuen.

Wer mag, kann vor dem Servieren noch feingehackten Schnittlauch drüberstreuen.

P.S. Schmeckt am zweiten Tag, wenn alles gut durchgezogen ist, noch besser!