

Sellerie-Apfel-Salat

 happy-mahlzeit.com/2020/02/29/sellerie-apfel-salat/

Zutaten für 4 Personen:

- 2 Stangen Staudensellerie
- 2 Äpfel, z.B. Gravensteiner oder Jonagold
- Saft 1 Zitrone
- 100ml Traubenkernöl, ersatzweise Sonnenblumenöl
- Zucker
- Salz

Zubereitung:

Die Äpfel vierteln, entkernen, schälen, in kleine Würfel schneiden und mit etwas Zitronensaft beträufeln. Den Sellerie putzen, waschen, in feine Würfel schneiden, das Selleriegrün beiseitelegen. Den Sellerie in kochendem Salzwasser 2 Minuten bissfest blanchieren. Dann in ein Sieb abgießen und abtropfen lassen.

Äpfel und Sellerie mischen. Das Traubenkernöl hinzugeben. Mit Salz, Zucker und dem restlichen Zitronensaft abschmecken.

Rezept: Hans Jörg Bachmeier

Quelle: Einfach. Gut. Bachmeier 2014