

SELLERIE-SALAT MIT ÄPFELN UND MÖHREN

Zutaten 2 Portionen:

ca. 200g Möhren
100 g Knollensellerie
100g Äpfel
40 g ganze Walnüsse
Petersilie

Für das Dressing:

200g Joghurt
Honig, möglichst flüssig
Olivenöl
heller Balsamicoessig (Bianco)
Meersalz, Pfeffer

Zubereitung:

Sellerie und Möhren waschen und schälen. Danach mit einer Reibe grob raspeln. Ebenso die Äpfel nach dem waschen reiben. Alle Zutaten für das Dressing vermischen und unter das Gemüse und die Äpfel mengen. Mit Salz und Pfeffer würzen und durchziehen lassen. Vor dem Servieren nochmal abschmecken und mit den

Tipp:

falls vom Sellerie etwas übrig bleibt: aus dem Sellerie kann man auch sehr gut Sellerie-Schnitzel machen. Und falls Sie den ganzen Sellerie nicht gleich verwerten können oder wollen, lässt sich daraus auch Suppengemüse vorbereiten, welches man einfach einfrieren kann und dann bei Bedarf schon fertig vorbereitet verwendet werden.