Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Winterlicher Salat nach Waldorf Art

Zutaten:

- Das Rezept ist als kleiner Zwischengang für 4 Personen gedacht:
- 300 g Sellerieknolle
- 100 g Karotte
- 100 g Apfel
- 100 g Lauch
- 1 Mandarine
- Etwas Petersilie
- 50 g Kürbiskerne oder Walnüsse
- 2 EL Majonäse
- 50 ml Joghurt
- Saft einer halben Bio-Zitrone
- 2 EL Essig
- 1-2 EL Öl (z.B. Walnussöl)
- 1 TL Meerrettich
- 1 TL Honig
- Salz und Pfeffer
- Salatblätter zum Anrichten

Zubereitung

Für den Salat die Sellerieknolle und die Karotte schälen sowie den Apfel schälen und entkernen. Dann alles in feine Streifen hobeln oder schneiden. Den Lauch waschen und in feine Ringe schneiden. Die Mandarine schälen, in einzelne Segmente teilen und diese halbieren. Die Petersilie waschen und fein schneiden. Die Walnusskerne grob hacken.

Für das Dressing Majonäse, Joghurt, Saft einer halben Bio-Zitrone, Essig, Öl, Meerrettich, Honig, Salz und Pfeffer in einer großen Schüssel miteinander verrühren und kräftig abschmecken.

Alle Zutaten nun miteinander in der Schüssel vermischen und vor dem Anrichten mindestens 30 Minuten ziehen lassen. Zum Servieren kann der Salat auf großen Salatblättern angerichtet werden.

Tipp: Dazu schmeckt heimischer Käse, Butter und knuspriges Bauernbrot.

Knackig, cremiger Salat aus Wurzelgemüse ...