



- Rezept der Woche -

## Sellerie-Mairüben-Karotten-Salat

### Zutaten für vier Personen

- 200 g Staudensellerie
- 300 g Karotten
- 1 kleiner Apfel
- ca. 50 g Mairübe
- 100 g Walnusskerne

### Vinaigrette

- 1 EL Essig
- 4 EL Olivenöl
- 1 TL Zucker
- Salz
- Pfeffer

### Zubereitung

- Den Apfel vierteln, das Kerngehäuse entfernen und auf einer Küchenreibe grob raspeln. Die Karotten, das Stück Mairübe und den Sellerie ebenfalls grob raspeln
- Für die Vinaigrette den Essig mit Salz, Pfeffer und Zucker in eine große Schüssel geben und verrühren
- Das Olivenöl mit einem Schneebesen oder einer Gabel kräftig unterschlagen und die Schüssel danach kaltstellen
- Eine beschichtete Pfanne ohne Öl bei mittlerer Temperatur erhitzen und die Walnusskerne darin leicht anrösten, danach die Nüsse grob hacken
- Die Obst- und Gemüseraspeln in die gekühlte Vinaigrette geben, alles gut miteinander vermengen und auf Portionstellern anrichten. Die Walnüsse darüberstreuen und den Salat servieren.

**Guten Appetit!**