

- Rezept der Woche -

Kohlrabi -Apfel-Carpaccio

Zutaten für 2 Personen:

- 2 Kohlrabis (zusammen ca. 250 g)
- 2 kleine rote Äpfel
- 2 EL Kürbiskerne
- 2 EL Weißweinessig
- 1 TL körniger Senf
- 1 TL flüssiger Honig
- 2 EL Kürbiskernöl
- 2 EL Olivenöl
- 1 bis 2 EL Zitronensaft
- Etwas Rucola und Dill
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

- Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett hell rösten, herausnehmen und auskühlen lassen
- Für die Vinaigrette Essig, Senf, Salz, Pfeffer, Honig und 2 EL kaltes Wasser verrühren, Kürbiskern- und Olivenöl unterschlagen
- Kohlrabis putzen und die zarten inneren grünen Blätter beiseitelegen
- Kohlrabis schälen auf der Gemüsereibe oder mit einem scharfen Messer in sehr dünne Scheibe hobeln oder schneiden
- Apfel quer in dünne Scheiben hobeln oder schneiden. Sofort mit Zitronensaft beträufeln, damit sie sich nicht bräunlich verfärben
- Kohlrabi- und Apfelscheiben abwechselnd und leicht überlappend auf Tellern auslegen. Mit der Vinaigrette beträufeln und mit Kürbiskernen bestreuen
- Zum Servieren das beiseitegelegte Kohlrabigrün, Rucola und Dill fein hacken und alles über das Carpaccio streuen.

Guten Appetit!