

GELBE-RÜBEN-SALAT MIT WALNÜSSEN



Zutaten (für 4 Personen)

5 große Gelbe Rüben
1 großer Knollensellerie, 1 Apfel
1 EL Zitronensaft, 1 TL Zucker
1 TL Petersilie gehackt
100 g Walnüsse
Salz und Pfeffer
Öl (Sonnenblumen oder Olivenöl)



Zubereitung:

Die gewaschenen Gelben Rüben und Sellerie fein raspeln. Den Apfel entkernen, schälen und grob raspeln. Gelbe Rüben, Sellerie und Apfel vermischen. Nun die Walnüsse kleinhacken und in den Gelbe-Rüben-Salat geben. Zitronensaft, Zucker, Öl, Salz und Pfeffer vermischen und damit den Gelbe-Rüben-Salat anmachen. Petersilie fein hacken und über den Salat verstreuen.

Am besten schmeckt er, wenn man ihn vor dem Verzehr ca. eine halbe Stunde durchziehen lässt. Eine schmackhafte Alternative zum grünen Salat! Sollten Sie keine Walnüsse vorrätig haben, eignen sich z. B. auch geröstete Pinienkerne bestens.