

Rettichsalat mit Apfel (2 Portionen als Beilage)

Zutaten:

Rettich aus deiner Kiste
1 großer Apfel
4 EL Naturjoghurt
2 EL Apfelessig
2 EL Olivenöl
1 TL Salz
1 Prise schwarzer Pfeffer
½ Bund Petersilie
8 Walnusskerne

Zubereitung:

Rettich in dünne Scheiben hobeln. Apfel entkernen, vierteln und ebenfalls in dünne Scheiben hobeln. Die restlichen Zutaten für das Dressing in einer Schüssel verrühren und abschmecken.

Tipp: Wenn du den Rettich ca. ein bis zwei Stunden vor Verzehr mit etwas Salz massierst und anschließend das ausgetretene Wasser abgießt, nimmt der Salat noch besser das Dressing auf.

