

Kohlrabi-Apfelspiralen-Salat mit Ziegenkäse und Cranberries

VORBEREITEN

15
Min.

NIVEAU



Zutaten Für 2 Personen

Für den Salat

- 1 mittelgroße Kohlrabi
- 1 grüner Apfel
- 60 g Ziegenkäse
- 2 Esslöffel Walnüsse
- 2 Esslöffel Cranberries
- 1 Handvoll Rucola

Für das Dressing

- 2 Esslöffel Honig
- 2 Esslöffel Rotweinessig
- 3 Esslöffel Olivenöl
- 1 Esslöffel Dijon Senf
- Salz, Pfeffer

Zubehör

- Spiralschneider

Knackige Obst- und Gemüsespiralen, herzhafter Ziegenkäse, Walnüsse und Cranberries als Topping – dieser Salat ist frisch, leicht und lecker und versorgt dich ganz nebenbei mit wertvollen Vitaminen.

- 1 -

Für das Dressing alle Zutaten in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

- 2 -

Für den Salat Rucola und Apfel waschen, die Kohlrabi schälen und die Enden glatt abschneiden. Kohlrabi und Apfel mit dem Spiralschneider zu feinen Fäden verarbeiten und mit dem Rucola vermengen.

- 3 -

Walnüsse grob hacken und den Ziegenkäse zerbröseln.

- 4 -

Salat auf zwei Tellern anrichten, das Dressing darüber geben und mit den Walnüssen, Ziegenkäsebröseln und Cranberries anrichten.