

Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

20 dag Kresse
3 Stk. Äpfel
2 Bund Radieschen
5 dag gehackte Nüsse
5 EL Sauerrahm
2 Stk. Zitronen
Salz
Pfeffer, gemahlen
Honig

Mein persönlicher Tipp

Anstatt Kresse können auch Salate der Saison verwendet werden, z.B. Chinakohl, Endivie, Vogerlsalat, etc.:

Eva Ulram

Referentin für Ernährung in Neusiedl am See

Quellen:

- Eva Ulram: *Rezept aus Bäuerinnenkochkurs*

Kresse- Radieschensalat mit Äpfeln

Zubereitung

- Äpfel vierteln, vom Kerngehäuse befreien und in Würfelchen schneiden.
- Radieschen in Scheiben schneiden.
- Kresse, Radieschen, Apfelwürfel in eine Schüssel geben und die Nüsse darüber streuen.
- Den Sauerrahm mit Zitronensaft verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken, nach Belieben mit Honig süßen.
- Den Salat auf Salatblättern anrichten, mit Apfel- und Radieschenscheiben garnieren.