



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, Vogelsalat, 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.