



**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

## Kresse- Radieschensalat mit Äpfeln



Foto: Eva Ulram - Nicht zur freien Verwendung

**Zubereitung**

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

**Quellen:**



Eva Ulram: *Rezept aus Bäuerinnenkochkurs*

