



Kochdauer:

Schnell gekocht (bis 30 Minuten)

Schwierigkeit:

einfach

Zutaten für 4 Portionen:

Wildkräuter
frische Kräuter
Apfelessig
Distelöl
Honig
Kräutersalz
Pfeffer, frisch gemahlen
Senf

Mein persönlicher Tipp

Wildkräuter schmecken kräftig und haben meist eine leicht bittere Note.:

Katrin Fischer

Ernährungswissenschaftlerin aus Linz

Quellen:

- Katrin Fischer: *Privatrezept*

(Wild)- Kräutersalat

Zubereitung

- Frische Kräuter oder Wildkräuter gut waschen und trocken tupfen.
- Die Kräuter in kleine Stücke zupfen oder Streifen schneiden.
- Apfelessig, Distelöl, Salz, Pfeffer, Honig und Senf mischen und über den Salat geben.