

Fruchtig und frisch zugleich. Noch dazu ein Augenschmaus!

## Knackiger Apfelsalat

✓ vegetarisch ⌚ Zubereitung: 20 Min. III einfach



Bilder: © Elke Schickedanz, Annika Neumann für BVEO

### Zubereitung Poptails:

- Apfel waschen, entkernen und ungeschält in schmale Spalten scheiden.
- Radieschen waschen, trocknen und in dünne Scheiben schneiden.
- Zwiebel häuten und in Ringe schneiden.
- Gurke waschen, entkernen und in Viertel-Scheiben schneiden.
- Radicchio, Romana-Salat und Sprossen waschen, trocken schütteln und in mundgerechte Stücke schneiden.
- Alles in einer Bowl anrichten.
- Für das Dressing den Apfelessig mit einem Teelöffel Wasser, etwas Salz und frisch gemahlenem Pfeffer verrühren. Olivenöl zugeben und damit verquirlen. Bei Bedarf mit einer Prise Zucker würzen. Das Dressing über den Salat gießen und vermischen. Abschließend den Salat mit Pinienkernen oder einem Kernemix bestreuen.
- Dazu passt frisches Brot.

### Zutaten für 2 Portionen:

- 1 Apfel
- 1 kleine rote Zwiebel
- ½ Gurke
- 5 Blätter Radicchio
- 1 Mini-Romana
- 6 Radieschen
- 1 Handvoll Sprossen
- 1 EL Apfelessig
- 1 EL Olivenöl
- 1 Prise Zucker
- Salz & rosa Pfeffer
- Pinienkerne oder Kernemix