

SELLERIE-MÖHRE-APFEL-ROTE- BETE-SALAT



Zutaten:

Zu gleichen Teilen:

je 250g

Möhre,

frischer Knollensellerie,

Rote Bete,

ein säuerlicher Apfel (z.B. Topaz oder Elstar)

etwas frischer Ingwer,

4-6 EL Zitronensaft,

Pfeffer & Salz,

5-6 EL Öl,

1 EL Ahornsirup

1. Frisches Gemüse und Apfel grob raspeln und mit dem Zitronensaft vermengen.

2. Für das Dressing den Zitronensaft, Ahornsirup, Öl (natives Olivenöl) sowie rd. 1 cm fein geriebener Ingwer direkt mit dem geraspelten Gemüse vermischt. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Tipp: *dazu passen gehackte Walnusskerne. Der Salat schmeckt über Nacht durchgezogen noch intensiver.*