

Kohlrabi-Apfelsalat mit Granatapfelkernen

by Andreas - Sonntag, September 17, 2017

<http://mundgericht.de/index.php/kohlrabi-apfelsalat-mit-granatapfelkernen/>



Ein knackiger, fruchtiger Salat bei dem einzig das Verlesen der Granatapfelkerne ein wenig mühselig ist. Der Tipp den Granatapfel zu halbieren und dann mit einem Löffel auf die Schale zu klopfen, um die Kerne heraus prasseln zu lassen, hat bei mir jedenfalls nicht funktioniert.

2 Kohlrabis

1 Apfel

1 Granatapfel

1 TL geriebener Ingwer

2 EL Zitronensaft

1 EL Apfelessig

3 EL Rapsöl

Pfeffer

Salz

Kohlrabi und Apfel schälen und raspeln. Dann den Zitronensaft, den geriebenen Ingwer, das Rapsöl, den Apfelessig und die Granatapfelkerne dazugeben und gut vermengen. Mit Pfeffer und Salz würzen.

Weitere Empfehlungen:

Leichter Kartoffelsalat mit Radieschen

Ohne Mayo! Dafür mit frischen Zutaten: Da freut sich auch der Ernährungsberater.

500 gr...

Zitronen-Apfelsalat mit Joghurt

Neulich gab es bei meinem italienischen Gemüsehändler einmal wieder die wunderbaren Zitronen a...

Nudelsalat mit Birnen und Parmaschinken

Es gibt so einige Gerichte, die ich nur äußerst ungern esse. Dazu gehören Kartoffel- und Nude...

PDF generated by Kalin's PDF Creation Station