

Orangen-Fenchelsalat mit Granatapfelkernen

by Andreas - Sonntag, Dezember 17, 2017

<http://mundgericht.de/index.php/orangen-fenchelsalat-mit-granatapfelkernen/>



Ein knackiger, vitaminreicher Salat, der obendrein noch sehr schnell herzustellen geht. Passt prima zu Vanilleeis und/oder Schlagsahne.

2 Orangen

1 Apfel

1 Granatapfel

1 Fenchelknolle

3 EL Olivenöl

1 EL brauner Zucker

Pfeffer

Die Orangen sorgfältig schälen in Spalten zerteilen in Scheiben schneiden. Den Apfel schälen, entkernen und ebenfalls in Scheiben schneiden. Die Fenchelknolle halbieren vom Strunk befreien und in dünne Streifen schneiden. Den Granatapfel entkernen, diese dann mit allem gut vermengen. Das Olivenöl mit dem braunen Zucker und etwas Pfeffer vermischen und unter den Salat heben.

Weitere Empfehlungen:

Zuckerschotensalat mit Walnüssen

Zuckerschoten kann man, wenn sie frisch sind auch gut roh essen. Für diesen Salat habe ich sie ...

Mangoldsalat mit Senfsauce

Italien trifft England. Der hübsche Mangold aus der Provinz Salerno harmoniert ausgezeichnet mi...

Pikanter Käse-Wurstsalat

Geht schnell und schont das Portemonnaie. Der Salat sollte aber einige Stunden durchziehen um, s...