

SINFONIE IN GRÜN

KOPFSALATHERZEN, STANGENSELLERIE, GRANNY SMITH

4 PERSONEN

Apfelausstecher
Sparschäler
Mandoline

ZUTATEN

SALAT

- 2 Kopfsalatherzen, ausgelöst, gewaschen
- 2 Stangen Stangensellerie, die weissen Enden in feine Streifen geschnitten
- 1 Salatgurke, klein, gewaschen
- Granny-Smith-Apple, mithilfe eines Apfelausstechers entkernt

JOGHURT-DRESSING

- 1 Joghurt, nature
- 1 El Minzeessig
- ½ Bio Limette, Zeste fein gerieben
- 1 El Zitronenolivenöl
- Wenig Zucker
- Fleur de Sel
- Piment d'Espelette
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

GARNITUR

- Minzeblätter
- Schwarzer Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

SALAT

Die Gurke mit dem Sparschäler der Länge nach in hauchdünne Scheiben schneiden. Den Apfel mit der Mandoline in feine Scheiben hobeln.

JOGHURT-DRESSING

Alle Zutaten zu einem Dressing verrühren und abschmecken.

ANRICHTEN

Den Kopfsalat, die Gurke, den Apfel und den Stangensellerie mischen und portionenweise auf den Tellern anrichten. Mit den Minzeblättern garnieren und mit dem Dressing nappieren. Das restliche Dressing separat servieren.

Dazu passt: Baguette

Rezept von La Tavola

