

Möhren-Salat mit Apfel und Nüssen (2-3 Portionen)

- 250g Möhren
- 1 Apfel (z. B. Elstar)
- 1 kleine rote Zwiebel
- 0,5 Zitrone
- 2 EL Walnuss-Öl (alternativ Raps-Öl)
- 1 TL Balsamico hell
- Salz
- 1 handvoll grob gehackte Nüsse (Walnüsse oder Haselnüsse)

Optional

- 2-3 Frühlingszwiebeln oder etwas Petersilie
- Schafskäse
- Rosinen + gehackte Mandeln (statt gehackte Wal-/Haselnüsse)

Zwiebel schälen und fein hacken. In einer Pfanne mit etwas Bratfett glasig dünsten, abkühlen lassen.

In der Zwischenzeit Möhren vom Grün befreien und gründlich waschen. Apfel ebenfalls gründlich waschen und vom Kerngehäuse befreien. Beides grob reiben und in einer Schüssel vermengen. Die halbe Zitrone auspressen und den Saft über der Apfel-Möhren-Mischung verteilen. Zwiebeln und gehackte Nüsse untermengen.

Öl und Balsamico-Essig darüber verteilen, salzen und alles gut vermischen.

Wer mag, kann nun noch Schafskäse und/oder Frühlingszwiebeln oder Petersilie untermischen.

Mit Salz und Zitronensaft abschmecken - guten Appetit!

Passt super als Beilage z. B. zum Grillen oder zu frischem Baguette, schmeckt aber auch gut auf einem frischen Brötchen mit einer Scheibe Käse drauf.