

Thursday, July 2. 2015

Sellerie-Johannisbeer-Salat mit Apfel und Mandeln

1 Stangensellerie-Staude, in feine Ringe geschnitten
1/2 sÃ¤uerlicher Apfel, in kleine Scheiben geschnitten
1 handvoll frische Johannisbeeren
Saft von 1/2 - 1 Zitrone oder Orange
3 EL Mandeln
gutes OlivenÃ¶l
etwas flÃ¼ssige SÃ¤ure, z.B. Apfeldicksaft
Salz, Pfeffer

Die Mandeln grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett goldbraun anrÃ¶sten.

Die Selleriestangen waschen und mit einem kleinen Messer die FÃ¤den der LÃ¤nge nach abziehen. Dann die Stangen in feine Ringe schneiden und in eine Schale geben.

Die Johannisbeeren abperlen und mit dem geschnittenen Apfel zum Sellerie geben.

Mit Zitronensaft, OlivenÃ¶l, Salz, Pfeffer und etwas SÃ¤ure ein Dressing zubereiten und Ã¼ber den Salat geben.

Am Ende die gerÃ¶steten Mandeln darÃ¼ber streuen.

Posted by orange in essen und kochen, rezepte, salate, vegan, vegetarisch at 11:40