Salat mit Rüebli und Äpfel von Andreas Fluekiger

Mengen für 10 Personen

Die Rüebli waschen und schälen. Anschliessend raspeln und in eine Schüssel geben. Die Äpfel waschen und ebenfalls schälen. Anschliessend vierteln und Stiele sowie Kerngehäuse entfernen. Zu den Rüebli in die Schüssel raspeln. Aus Zitronensaft, Essig, Öl, Pfeffer, Salz und Rahm eine Marinade herstellen und diese über die geriebenen Äpfel und Möhren geben. Mindestens 30 Minuten durchziehen lassen. Der Salat lässt sich schnell zubereiten, ist jedoch mit einigen Schälarbeiten verbunden. Wer mag, sollte dem Salat unbedingt eine Prise Zucker hinzufügen. Auf diese Weise wird der Salat etwas süsser und das Aroma der Rüebli wird etwas besser hervorgehoben. Durch den Zitronensaft wird verhindert, dass die Äpfel braun werden. Da das Schälen der Äpfel und Rüebli einige Zeit in Anspruch nimmt, kann der Salat auch sehr gut am Abend vorher schon fertiggestellt werden. Der Salat passt zu verschiedenen Jahreszeiten und ist ein sehr guter Vitaminlieferant. Da der Salat recht einfach hergestellt werden kann, kann man sich auch von unerfahrenen Händen helfen lassen.

2.0 kg Rüebli	raspeln
500 g Äpfel	raspeln
* 5 g Salz	
1.0 g Pfeffer	1 TL
1.0 dl Rahm	
5.0 cl Zitronensaft	
1.0 dl Essig	
1.0 dl Öl	

** angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g*