



Rezeptidee der Woche

Original: Woche 50 / 2016
aktualisiert: Woche 03 / 2026

Fruchtiger Sellerie-Apfel Salat mit Walnüssen

350g	Knollensellerie	
2 mittelgroße	Äpfel	
1	Zitrone, Saft davon	
50g	Walnüsse, geknackt	
1	Zitrone, Saft davon	
80g	Mayonnaise	
4 EL	Joghurt	
2 EL	Tomatenketchup	
1 EL	Petersilie, gehackt	
	Salz & Pfeffer	

Zubereitung für 3 Portionen:

Den Knollensellerie waschen, schälen und in feine Würfel schneiden.

Etwas Wasser zum kochen bringen, den Saft einer halben Zitrone zugeben und mit etwas Salz die Selleriewürfel bissfest kochen.

Die Äpfel waschen, vierteln, Kerngehäuse raus schneiden, ebenfalls würfeln.

Den Saft der zweiten halben Zitrone unter die geriebenen Äpfel mischen.

Die Walnüsse knacken und grob hacken.

Aus der Mayonnaise, dem Joghurt und dem Ketchup eine Salatsauce anrühren.

Mit Pfeffer & Salz würzen.

Alle Zutaten miteinander vermengen und den Salat einige Zeit ziehen lassen.



Mein Tipp: Die Salatsauce ist eine Abwandlung der klassischen Cocktailsauce. Das Rezept lässt sich problemlos traditionell zubereiten...alle Zutaten können auch als vegane Variante getauscht werden.