

Rezept der Woche



Radieschen Rettich Salat: scharf oder mild

Zutaten für ca. 2 Portionen:

- 1 Bund Radieschen
- 1 kleiner Schwarzer Rettich
- 1 kleine Möhre
- 1 kleiner Apfel
- 1 Handvoll frische Kräuter (z.B.Schnittlauch oder Petersilie)
- 3 EL Limettensaft (oder Zitrone, Apfelessig)
- 3 EL Pflanzenöl
- 1 TL Honig (optional)
- Salz
- etwas gerösteter Sesam
- 1 TL Salz (optional, um die Schärfe aus dem Rettich zu ziehen)

Rettich schälen und mit einer Küchenreibe grob raspeln. Je nach gewünschter Schärfe direkt weiterverarbeiten oder die Raspel mit einem Teelöffel Salz in einer Schüssel vermengen und einige Minuten bis hin zu einer Stunde lang ziehen lassen. Die durchgezogenen Raspel in einem Sieb unter fließendem Wasser abspülen und leicht ausdrücken. Die gewaschene Möhre ebenfalls raspeln.

Radieschen waschen, putzen und in dünne Scheiben hobeln oder schneiden. Den Apfel mit Schale in dünne mundgerechte Spalten schneiden. Die Kräuter waschen und hacken. Alles zusammen in einer Schüssel gut vermengen.

Aus Limettensaft oder Apfelessig, (optional Honig), Öl, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette herstellen, über den Salat geben und nochmals gut vermengen. Mit geröstetem Sesam bestreut servieren.