

# Hauptelsalat mit Kohlrabi und Apfel

Rezept für 2 Portionen  
Dauer: ca. 15 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Kohlrabi	½ Stk.
Pinienkerne	1 Esslöffel
Zitronensaft	Etwas / nach Bedarf
Speiseöl / Öl	2 Esslöffel
Äpfel / Apfel	½ Stk.
Natur-Joghurt / Naturjoghurt	50 g
Vollmeersalz	Etwas / nach Bedarf
Schwarzer Pfeffer	Etwas / nach Bedarf
Aceto Balsamico / Balsamessig / Balsamicoessig weiß	1 Esslöffel
Kopfsalat	½ Stk.

## Zubereitung:

Den geschälten Kohlrabi in Stifte und den Apfel in Scheiben schneiden. Salat in mundgerechte Stücke zerpflücken. Balsamicoessig, Walnussöl, Salz und Pfeffer verrühren. Salat mit Kohlrabistiften und Apfelscheiben vermengen und mit der Marinade mischen. Joghurt, Salz, Pfeffer und Zitronensaft verrühren und über den Salat träufeln. Pinienkerne anrösten und darüberstreuen.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1112-Hauptelsalat-mit-Kohlrabi-und-Apfel.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)