Waldorfsalat

Zeit gesamt
1h

Zubereitungszeit
20min

Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

Zitronen	1 St.
Mayonnaise	100 g
Joghurt, natur	100 g
Salz	
Pfeffer, schwarz	
Brauner Zucker	0.5 TL
Knollensellerie	400 g
Äpfel, rot	2 St.
Walnusskerne	50 g
Kopfsalat	0.5 St.

Zubereitung

1. Zitrone halbieren und Saft auspressen. In einer Schüssel Mayonnaise und Joghurt verrühren, mit Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Zucker pikant abschmecken.

2. Sellerie schälen und raspeln, sofort mit dem Dressing mischen. Äpfel waschen, vierteln, entkernen, ebenfalls fein raspeln und in das Dressing geben, unterheben. Salat zugedeckt ca. 1 Std. im Kühlschrank durchziehen lassen.

3. Eine Pfanne auf mittlerer Stufe erhitzen und Walnüsse ohne Fett ca. 2–3 Min. rösten. Salat waschen und trocken schleudern. Walnüsse hacken. Waldorfsalat abschmecken, auf den Salatblättern anrichten und mit Walnüssen bestreut servieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

Kaloriengehalt	356 kcal
Kohlenhydrate	24 g
Eiweiß	8 g
Ballaststoffe	6 g
Fette	28 g