

Rote-Bete-Apfel-Salat

So schmeckt der Winter! Süßer Apfel, erdige Rote Beete und knackige Walnüsse, verbinden sich zu einem Salat, der es krachen lässt. Hier ist nicht nur die Farbe intensiv, sondern vor allem der Geschmack.



Rote-Bete-Apfel-Salat | Foto: Linda Katharina Klein

Zutaten (4 Portionen): 500 Gramm eingelegte Rote Beete | 4 Äpfel | 200 Gramm Walnüsse | 1/2 Bund frische Petersilie | 3 Esslöffel Apfel- oder hellen Balsamico-Essig | 3 Esslöffel Olivenöl | 1 Esslöffel Honig (für eine vegane Variante Wonig, Löwenzahnsirup oder Agavendicksaft)| Abrieb einer Orange | 2 Teelöffel Salz | 1 Teelöffel schwarzer Pfeffer



Rote-Bete-Apfel-Salat | Foto: Linda Katharina Klein

Zubereitung (10 Minuten): 1. Rote Beete in Würfel schneiden. 2. Äpfel schälen, würfeln und zur Roten Beete geben. 3. Restliche Zutaten hinzufügen und gut vermengen. 4. Vor dem Servieren kurz ziehen lassen.

Jetzt noch mehr [Salate](#) und Rezepte mit [Rote Beete](#), Rezepte mit [Äpfeln](#) oder Rezepte mit [Walnüssen](#) entdecken!

Nährwerte/Portion: 419 Kalorien | 27 Gramm Fett | 38,8 Gramm Kohlenhydrate | 7,1 Gramm Eiweiß