

SELLERIE-FENCHEL- SALAT MIT APRIKOSEN

LIEBE KUNDIN, LIEBER KUNDE,

vielen Dank, dass Sie sich für unsere Kochbox entschieden haben.

Wir verarbeiten saisonales Gemüse aus dem Knoblauchsland in verschiedensten Variationen.

Einen Großteil der Zutaten gibt's unter:

www.knoblauchsland-gemuese.de

– dem Onlineshop für Erzeugnisse aus dem Nürnberger Knoblauchsland.

Wenn's geschmeckt hat,
einfach vorbeischaun bei:

www.knoblauchsland-gemuese.de

Wir würden uns riesig freuen!

Euer Knoblauchsland-Gemüse-Shop-Team



ZUTATEN AUS DER KOCHBOX

- 4 Stangen Staudensellerie
- 1 kleine Fenchelknolle
- einige Sellerieblätter,
wenn vorhanden
- einige Zweige Minze

AUS DEM VORRATSSCHRANK

- 1 Knoblauchzehe
- 40 g grüne Oliven
- 1/2 TL Chili
- 1 EL heller Essig
- 2 EL Olivenöl
- 1 TL grober Senf
- 1 TL Honig
- 2 Aprikosen,
oder andere Früchte
- 20 g Parmesan, mit dem Gemüse-
schäler oder mit dem Messer
in grobe Späne geschnitten
- etwas Salz, Pfeffer



ZUBEREITUNG

In einer großen Schale das Olivenöl, den Essig, die Chiliflocken, den Essig, den Senf und den Honig miteinander verrühren. Die Knoblauchzehe fein reiben und ebenfalls zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Staudensellerie waschen und schräg in Scheiben schneiden, und in die Schale zu dem Dressing geben.

Den Fenchel vierteln und den Strunk entfernen. In feine Scheiben schneiden oder hobeln, und zum Sellerie geben.

Die Oliven in Ringe schneiden, die Sellerieblätter und die Minze grob hacken und mit in die Schüssel geben.

Die Aprikosen in Spalten schneiden und ebenfalls unterheben.

Den Salat gut mischen und abschmecken.

Die Haselnüsse und den Parmesan über dem Salat verteilen.



GUTEN APPETIT!