

Apfel-Karotten-Salat

300 g Äpfel
300 g Karotten
50 g Walnüsse
1 Becher Naturjoghurt
etwas Zitronensaft
2 EL Öl
Salz, Pfeffer und Zucker
Petersilie

Äpfel und Karotten schälen, in Streifen schneiden oder raspeln.

Walnüsse hacken.

Joghurt, Zitronensaft und das Öl vermischen, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

Die Salatsauce mit den Apfel-Karottenraspeln vermischen.

Petersilie hacken und auf den Salat streuen.

Extratipp:

Statt Joghurt Frischkäse verwenden, schon haben Sie einen tollen Dipp oder Brotaufstrich.

