

# Herbstlicher Salat mit Chinakohl und Fenchel



Leicht



Herbst



30 Minuten



Vegetarisch, Vegan

## Zutaten

500 g Fenchel, 1 mittelgroßer Chinakohl, 3 Äpfel (leicht säuerlich), 2 Orangen, 100 g Walnüsse, etwas Apfelessig, etwas Rapsöl, Saft einer Zitrone, etwas Honig, etwas Petersilie, Salz & Pfeffer

## Zubereitung

- Den Chinakohl halbieren, in feine Streifen schneiden und ordentlich putzen, waschen und, wenn möglich, trockenschleudern. Den Fenchel vom Wurzelansatz befreien, waschen und ebenfalls in feine Streifen schneiden. Anschließend die Äpfel und die Orangen schälen und in kleine Würfel schneiden. Alles in eine Schüssel geben und kurz beiseitestellen.
- Aus dem Apfelessig, dem Rapsöl, dem Zitronensaft, dem Honig, Salz, Pfeffer und der Petersilie eine Marinade mischen. Gerne abschmecken und nach Belieben verfeinern.
- Walnüsse etwas grober hacken, ohne Zugabe von Öl in einer Pfanne rösten und über den Salat streuen.
- Die fertige Marinade über den Salat geben, kurz vermengen und dann anrichten. Die Portionen mit übriggebliebener Petersilie bestreuen.

Dazu reichst du am besten ein frisches Baguette oder ein anderes Brot deiner Wahl.