

# Rote Beete - Apfel Salat

## Zutaten:

- 500 g Rote Bete
- 3 Äpfel
- 1 TL Zitronensaft
- 1 EL Honig (Alternativ Agavendicksaft)
- 1 TL grober Senf
- 5 EL Rotwein-Essig
- Salz, Pfeffer
- 1 EL Pinienkerne
- 1 EL Sonnenblumenkerne

## Zubereitung:

Rote Bete schälen, grob raspeln, Äpfel ebenfalls grob raspeln. Beides in eine Schüssel geben. Mit Zitronensaft beträufeln.

Honig oder Agavendicksaft, Senf, Essig, Salz und Pfeffer verrühren und über den Salat gießen. Alles mischen.

Pinienkerne und Sonnenblumenkerne in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten. Zum Servieren den Salat damit bestreuen.

