Gekochter Kohlrabi-Karotten-Salat

15 Min + ca. 30 Minuten dämpfen

4 Personen

**Zutaten für 4 Personen**

* + **240 g** Kohlrabi
  + **240 g** Karotten
  + **1 EL** Senf
  + **4 EL** Apfelessig
  + **6 EL** Rapsöl
  + **0.5 dl** Apfelsaft
  + Salz
  + Pfeffer
  + **½ Bund** Minze

Zubereitung

1. Kohlrabi halbieren. Mit den Karotten in einen Siebeinsatz geben und ca. 30 Minuten dämpfen. Gemüse abkühlen lassen. Senf, Essig, Öl und Apfelsaft zu einer Sauce rühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
2. Gemüse an der Röstiraffel reiben. Mit der Sauce mischen. Minze hacken und über den Salat streuen.

**Tipps**

* Den gekochten Gemüsesalat vor dem Servieren etwas ziehen lassen.

© Migros

Dieses Rezept stammt aus der "Green Gourmet"-Rezeptesammlung und wurde in einer Kooperation zwischen WWF, Migros und Saisonküche entwickelt.