

## Rezept für Chicorée-Salat mit Äpfeln und Nüssen

**Dauer:** 30 min

### Zutaten für 2 Personen:

- 300 g Chicorée
- ½ TL Zitronensaft
- 1 Prise Salz
- 1 Prise Zucker
- 2 EL Öl
- 2 Äpfel

### Zubereitung:

1. Zuerst die Chicoréekolben waschen, die bitteren Keile mit spitzem Messer ausschneiden. Nach Belieben der Länge nach fein schneiden oder quer in dünne Scheiben schneiden.
2. Die Äpfel schälen, fein schneiden und mit den Chicoréestreifen vermengen. Aus Zitronensaft, Salz, Öl und Zucker ein Dressing rühren und den Salat damit marinieren.
3. Nach Belieben Hasel- oder Walnüsse drüberstreuen. Vorher in Honig oder ölfrei in beschichteter Pfanne anrösten und sich schmecken lassen.