



Karotten-Zwiebel-Zahnwurz-Salat



ZUTATEN (für ca. 150 g):

3-4 mittelgroße Karotten, 1 kleine rote Zwiebel, 6 junge Blätter der Zwiebel-Zahnwurz (*Cardamine bulbifera*), 3 Brutzwiebelchen (wenn vorhanden, fein gehackt), 10 EL Apfelessig, 5 EL kaltgepresstes Rapsöl oder Sonnenblumenöl
3 TL Honig, Salz, frisch gemahlener Pfeffer

SO GEHT'S:

1. Karotten fein raspeln, Zwiebel in dünne Streifen schneiden.
2. Zwiebel-Zahnwurz-Blätter und -Brutzwiebelchen waschen, fein hacken und untermischen.
3. Aus Essig, Öl, Honig, Salz und Pfeffer ein Dressing rühren und über den Salat geben.
4. Alles gut vermengen, 10 Minuten ziehen lassen – dann entfalten sich die feinen Senföle besonders schön.

TIPP: Dieser Salat passt wunderbar zu Ofenkartoffeln, Wildkräuterbrot oder als frische Beilage zu Gegrilltem.