

# POWER-VITAMINE.

## SÜSSER BIRNEN-APFEL-SALAT MIT CHICOREE UND KÄSE-DRESSING.

**SO GEHT'S:** Den Chicoree zerteilen, die Blätter waschen und trockenschleudern. Birnen und Äpfel entkernen und in streichholzgroße Stifte schneiden.

Den Salat, die Früchte und etwas Petersilie in eine große Schüssel geben.

**DRESSING:** alle Zutaten mit Pürierstab pürieren, bis die Mischung glatt ist.

3/4 des Dressings über den Salat geben und mit der Hand durchheben.

Den Salat anrichten und je Portion einen Extralöffel Dressing geben.

Die Kräuter überstreuen und mit ein wenig Olivenöl beträufeln.

Wer mag kann noch mit gehackten Walnüssen garnieren.

### ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN:

4 Köpfe Chicoree weiß und rot gemischt

2 Birnen

2 Äpfel

1/2 Bund frische Petersilie grob gehackt

### FÜR DAS DRESSING:

50 g Creme Fraiche

50 g Blauschimmelkäse

5 EL Olivenöl

4 EL Apfelessig

6 EL Wasser

HELLS KITCHEN.

ERFOLGSREZEPTE  
ZUM NACHMACHEN

[WWW.RENNTRONIC.DE](http://WWW.RENNTRONIC.DE)

