

Bio Feinschmecker-Sellerie-Karottensalat

Zutaten für 4 Personen:

- 1 mittelgroße Sellerieknolle (ca. 250 g)
- 2 Karotten (ca. 150 g)
- 150 g Joghurt
- 1 TL St. Michaelshof Meerrettich Aufstrich
- 2 EL flüssige Sahne
- 1 TL St. Michaelshof Senf Süß
- 1 EL St. Michaelshof Ysop-Balsam
- 1 schwach gehäufter TL Lichtäther-Kraft-Salz
- 2-3 Prisen Paprika edelsüß
- 1 Prise St. Michaelshof Pfeffer „Schwarzer Tiger“
- 1 Bund frischer Kerbel

Zubereitung:

Aus Joghurt, Sahne, Ysop-Balsam, Meerrettich Aufstrich, Senf, Salz, Paprikapulver, Pfeffer und dem feingehackten Kerbel mit einem kleinen Schneebesen eine Salatsauce rühren. Die Sellerieknolle dünn schälen, die Karotten ebenso, dabei den grünen Laubansatz nicht abschneiden, denn dort befinden sich die meisten Vitamine und Vitalstoffe. Sellerie und Karotten mit einer Reibe grob raspeln oder fein stifteln und unter die Salatsauce heben. Eine halbe Stunde durchziehen lassen.