

# Bärenstark gekocht



## Waldorfsalat (4 Portionen)



### Zutaten

400g Knollensellerie  
 1 EL Zitronensaft  
 100g Walnusskerne  
 120g Mayonnaise  
 3 EL saure Sahne  
 3 säuerliche Äpfel  
 (z.B. Boskop)  
 Cayenne Pfeffer  
 Salz

### Zubereitung

1. Sellerie gründlich waschen, schälen und in feine Streifen schneiden. Anschließend mit einer Prise Salz und dem Zitronensaft kurz durchkneten.
2. Die Äpfel halbieren, vom Kernhaus befreien und in feine Streifen schneiden.
3. Die Walnusskerne hacken.
4. Sellerie- und Apfelstreifen, sowie die gehackten Walnüsse mit Mayonnaise und der Sahne vermischen. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.
5. Zugedeckt im Kühlschrank einige Stunden durchziehen lassen.
6. Vor dem Servieren noch mal abschmecken und mit etwas Selleriegrün, Walnüssen und/oder Apfelspalten dekorieren.

Tipp: Als Klassiker „Pur“ oder aufgepeppt mit Granatapfel, Clementinen oder als Basis für einen Geflügelsalat.

Gutes Gelingen wünscht 40 SECONDS Kids  
 Gesundes Schulessen für Berlin



Eine Initiative von:



Mehr Rezepte unter:

[www.40seconds.de/kids/rezpte](http://www.40seconds.de/kids/rezpte)  
[www.radioteddy.de/40seconds](http://www.radioteddy.de/40seconds)