

Grünkernsalat mit Hüttenkäse

Zutaten	Zubereitung
200 g Grünkern 450 ml Gemüsebrühe	Grünkern in der Gemüsebrühe aufkochen und zugedeckt 30-35 Minuten schwach köcheln lassen, bis der Grünkern knapp gar ist. 20 Minuten nachquellen lassen.
4 EL Rotweinessig 2 EL Rapsöl kalt gepresst ½ TL Kräutersalz 1 TL Senf ½ TL Meerrettich 1 TL Honig Pfeffer aus der Mühle	Alle Zutaten mit dem Schneebesen kräftig zu einer sämigen Vinaigrette verrühren.
200 g Möhren 100 g Lauch 100 g Äpfel	Gemüse waschen, schälen, putzen. Möhren, Lauch und die ungeschälten Äpfel in kleine Würfel schneiden
200 g Hüttenkäse/ körniger Frischkäse 2 EL frische Gartenkräuter, gehackt	Alle Zutaten miteinander mischen, die Vinaigrette dazugeben und alles gut vermengen. Salat mindestens 30 Minuten durchziehen lassen.

