



# Fruchtiger Salat mit Sellerie und roten Linsen

Rezepte von BEPA Bio



## Zutatenliste (4 Personen):

150 g rote Linsen, 1/2 Ananas oder Ananasstücke im Glas, 3 Stangen Staudensellerie, 2 Äpfel, 2 EL Olivenöl, 3 EL Zitronensaft, etwas frische Petersilie

## Zubereitung:

1. Die roten Linsen in der doppelten Menge Wasser aufkochen und 10-15 Minuten köcheln lassen. Erst am Ende salzen und nach dem Kochen kalt abschrecken.
2. Die Ananas schälen, längs halbieren, den holzigen Kern entfernen und das saftige Fruchtfleisch in dünne Scheiben schneiden.
3. Den Staudensellerie und die Äpfel waschen und in dünne Scheibchen schneiden. Petersilie klein zupfen.
4. Aus dem Zitronensaft und dem Öl ein Dressing machen, dieses nach Wunsch würzen und alle Zutaten darin vermischen.

Guten Appetit!

Viele weitere tolle Rezeptideen finden Sie auf [www.bepabio.ch](http://www.bepabio.ch)

