

# HONIG IM TOPF

Das hauspost-Rezept  
aus dem Bienengarten



## Knackiger Brokkoli-Salat

### Zutaten für 4 Personen:

300 g	Brokkoli
1	rote Paprikaschote
1	großer Apfel
30 g	Pinienkerne
25 g	Olivenöl
15 g	Obstessig
1 TL	Honig
1 1/2 TL	Senf
1 TL	Salz
1/2 TL	Pfeffer

Warum Brokkoli  
nicht einfach mal roh essen?  
Das ist knackiger Genuss als  
leichtes Abendbrot oder in der  
Mittagspause. Und zum Grillen im  
Sommer passt er auch.



### Zubereitung:

- 1** Die Röschen vom Brokkoli trennen (größere halbieren oder vierteln), waschen und in eine Salatschüssel geben. Paprika und Apfel entkernen und in kleine Stücke schneiden. Mit dem Brokkoli vermengen.
- 2** Für das Dressing Öl, Essig, Senf und Honig mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- 3** Pinienkerne in einer Pfanne goldbraun rösten und zur Vinaigrette geben. Eine halbe Stunde ziehen lassen.
- 4** Das fertige Dressing zum Salat geben, unterheben und alles zusammen nochmals eine Stunde im Kühlschrank ziehen lassen. Dazu passt ein frisch gebackenes Baguette.