



# FENCHELSALAT mit Orangen

## Zutaten:

- 400g Fenchel
- 1 Orange
- 50g Walnusskerne

## Marinade:

- 125ml Hafersahne
- 4 Esslöffel Oliven- oder Leinöl, etwas Knoblauch
- 3 Esslöffel Apfelessig oder UmeSu beziehungsweise auch frischgepresster Zitronensaft
- Kräutersalz nach Bedarf

## Zubereitung:

1. Hafersahne, Oliven- oder Leinöl, Knoblauch, Apfelessig oder UmeSu, bzw. Zitronensaft und Kräutersalz verrühren.
2. Fenchel putzen, waschen, blättrig schneiden.
3. Orangen schälen, filetieren und mit den gehackten Nüssen, dem Fenchel sowie der Marinade vermischen.
4. Den Salat durchziehen lassen.