

# Brokkoli-Paprika-Apfel-Salat

## Rohkostsalat, sehr knackig und fruchtig

Alle Zutaten klein schneiden (nach Geschmack feiner oder gröber).

Der Brokkoli wird roh verwendet.

Salatdressing anrühren

Und anschließend mit den anderen Zutaten vermengen.



### Zutaten für 4 Portionen:

---

<b>Arbeitszeit</b>	ca. 5 Minuten
<b>Gesamtzeit</b>	ca. 5 Minuten
<b>Schwierigkeitsgrad</b>	simpel
<b>Kcal p. P.</b>	ca. 145

---

---

<b>250 g</b>	Brokkoliröschen, ohne Strunk
<b>1</b>	Paprikaschote(n), rote, geviertelt
<b>1</b>	Apfel, entkernt, geviertelt
<b>30 g</b>	Öl
<b>20 g</b>	Essig
<b>1 EL</b>	Senf
<b>1 TL</b>	Honig
<b>1 TL</b>	Salz
<b>½ TL</b>	Pfeffer
<b>2 EL</b>	Sonnenblumenkerne