

# Brokkoli-Apfel-Salat mit Sesam-Blätterteig-Stange

## Zutaten für das Dressing (für 3 Personen):

- 25 ml Olivenöl
- 15 ml dunkler Balsamico-Essig
- 1 TL Honig
- 0,5 TL Senf
- Salz
- Pfeffer

Olivenöl, Balsamico, Honig und Senf verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

## Zutaten für den Salat:

- 1 Brokkoli
- 1 Apfel
- 1 rote Paprika
- 1 Stange Staudensellerie
- 30 g Pinienkerne

Brokkoli, Apfel und Paprika waschen und klein schneiden. Sellerie schälen und ebenfalls in kleine Stücke schneiden. Alles in einer Schüssel vermengen. Pinienkerne in einer Pfanne leicht anrösten und dazugeben.

## Zutaten für die Blätterteig-Stangen:

- 1 Rolle Blätterteig
- 10 g Sesam
- 10 g grobes Salz
- 1 TL Wasser

Blätterteig ausrollen, in Streifen schneiden (pro Portion 1 Streifen) und die einzelnen Streifen mehrmals schräg eindrehen. Mit Wasser, Sesam und Salz bestreichen und im vorgeheizten Ofen bei 250 Grad (Ober-/Unterhitze) backen.

## Anrichten:

Salat mit dem Dressing vermischen und in Gläsern oder kleinen Schalen servieren. Blätterteigstange als Topping darauflegen.

Sendung/Quelle: Familien-Kochduell

Sendetermin: 11.08.2022

Koch/Köchin: Marie Florian

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)