



Snack-Rezept von Eva Neuhauser, AMS Baden

Grapefruit-Orangen-Salat mit Marillen, Cranberries und Nüssen

Zutaten:

- 1 rosa Grapefruit
- 1 Orange
- 2 TL Honig
- 1 Becher Joghurt
- 4-5 getrocknete Marillen
- 2 EL getrocknete Cranberries
- 2 EL grob gehackte Nüsse



© Mario Heinemann / PIXELIO

Zubereitung:

Grapefruit und Orange mit dem Messer schälen, Spalten zwischen den Trennhäuten herausschneiden, Saft auffangen und mit dem Honig zur Joghurt mischen, Marillen und Cranberries grob hacken und unter die Joghurt mischen. Grapefruit-Orangensalat mit Marillen-Cranberry-Joghurt anrichten und mit gehackten Nüssen bestreuen.