

## Olper Rezepte

# Salat Olpe

### Zutaten:

1 große rosa Grapefruit	1 Würfel Hefe
1 große Orange	1 Päckchen Anis
1 großer säuerlicher Apfel (z.B. Boskop, Elstar)	½ Pfund Rosinen
1 große rote Paprikaschote	2 ½ - 3 Pfund Mehl
1 große Fenchelknolle	

### Zubereitung:

Grapefruit und Orange sorgfältig schälen und alle weißen Häuten entfernen (Spezialisten schälen mit einem schraffen Messer bis knapp ins Fruchtfleisch), in nicht zu dicke Scheiben schneiden.

Den Apfel schälen und die Mitte mit dem Kerngehäuse ausstechen, dafür gibt es einen Apfelausstecher, den man für wenig Geld in jedem Haushaltsgeschäft kaufen kann. Den Apfel in nicht zu dicke Ringe schneiden.

Die Paprikaschote um den Stielansatz herum aufschneiden, die Kerne und das andere Innenleben entfernen, ebenfalls in Ringe schneiden.

Von der Fenchelknolle die Stiele, den Boden und von der Außenhaut alles Unansehnliche wegschneiden. Die Knolle halbieren und den Strunk, also die feste, bittere Mitte, herauschneiden. Die Hälften in dünne Scheiben schneiden, zu Halbringen aufblättern.

Den Granatapfel in der Mittedurchschneiden (Vorsicht, der Saft färbt entsetzlich!) und die fleischigen Kerne mit einem Löffelchen herausheben.

Obst und Gemüse auf einer sehr großen, flachen Platte anrichten, mit Granatapfelkernen bestreuen. Aus Walnußöl, Essig, weißem Pfeffer und wenig Salz eine Vinaigrette rühren und über den Salat träufeln, aber nicht vermischen.

Guten Appetit!