

## Rote Beete Salat

**4 Knollen Rote Beete** (weich gekocht) und **einen Apfel** in kleine Stücke schneiden oder mit der Küchenmaschine zerkleinern. Danach mit dem Saft einer **Zitrone** vermengen.

In einem Topf **3 EL Kokosöl** mit einem **EL Honig** und **1 EL groben Salz** erwärmen, sodass alles schön flüssig ist.

In einer Pfanne **100 g gehackte Cashewkerne** mit **1 EL Kreuzkümmel** und **1 EL Koriandersamen** (angemörsert) leicht anrösten und dann mit der Kokosöl-Mischung vermischen.

Den Salat mit dem Dressing mischen und noch frischen gehackten **Koriander** untermengen.

Passt gut zu Currygerichten, Reis

