

## Wissenswertes: vita Rapsöl

Unser Brändle Rapsöl ist der universelle Allrounder in der Küche. Es ist geruchs- und geschmacksneutral und eignet sich optimal für den Einsatz bei hohen Temperaturen. Rapsöl hat einen hohen Gehalt an ungesättigten Fettsäuren und eignet sich ideal für Babynahrung. Auch als Grundlage für Salatdressings und Marinaden oder zum Backen ist unser Rapsöl ideal einsetzbar.

**Geeignet für:** Alle Salate, Dips, Marinaden, zum Dünsten, Braten, Backen und Kochen. Optimal auch für den Einsatz bei hohen Temperaturen. Geeignet für Babynahrung.

Weitere Infos rund um unsere Öle sowie mehr Rezepte finden Sie unter [www.braendle.de](http://www.braendle.de)

P. Brändle GmbH · Ölmühle  
Robert-Bosch-Str. 10 · 72186 Empfingen  
Telefon 07485/9779-0 · [www.braendle.de](http://www.braendle.de)



Rezept mit vita Rapsöl  
**Herbstsalat mit Kürbis**



# Rezept mit vita Rapsöl

## Herbstsalat mit Kürbis



### Zutaten

#### Für 4 Personen:

- 150 g Kürbisfleisch (am besten Hokkaido)
- 1 Apfel
- 50 g Sellerieknolle
- 1 Möhre
- 100 g Lollo Rosso
- 2 EL Himbeeressig
- 1 haselnussgroßes Stück Ingwer
- 4 EL Brändle vita Rapsöl
- 2 EL Kürbiskerne
- Salz
- Pfeffer

### Zubereitung

1. Kürbis von den Kernen befreien, Schale entfernen und das Kürbisfleisch grob raspeln.
2. Den Apfel vierteln, Stielansatz und Kerngehäuse entfernen, in dünne Spalten schneiden und diese nochmals halbieren.
3. Die Sellerieknolle gut schälen und fein stifteln. Von der Möhre mit dem Sparschäler dünne Streifen abschälen.
4. Alles miteinander mischen, den in mundgerechte Stücke gezupften Lollo Rosso dazu geben.
5. Aus Himbeeressig, Salz, Pfeffer, geriebenem Ingwer und Rapsöl eine Salatsauce zubereiten und unter den Salat heben.
6. Gut durchziehen lassen und mit Kürbiskernen bestreut servieren.

