

Steirischer Sommer-Obstsalat

Der steirische Sommer-Obstsalat ist eine wunderbare frische und leichte Nachspeise. Der Obstsalat ist schnell zubereitet und perfekt als gesundes Frühstück oder köstlicher Snack.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Ruhezeit: 15 min

Gesamtzeit: 25 min



Zutaten

2 Stk.	Äpfel (z.B.Kronpirnz Rudolf, Elstar, Jonagold,etc.)
200 g	Erdbeeren
2 Stk.	Marillen
1 Handvoll	Heidelbeeren
0.5 Stk.	Zitronen
2 EL	Holunderblütensirup
2 EL	Kürbiskerne (fein gehackte)
	Minzeblätter

Zubereitung

1. Für den **steirischen Sommer-Obstsalat** die Äpfel und Marillen gründlich waschen. Die Äpfel entkernen und gemeinsam mit den Marillen in mundgerechte Spalten oder Würfel schneiden. Das geschnittene Obst sofort in eine große Schüssel geben und mit dem Zitronensaft vermengen. Dadurch bleibt das Obst schön frisch und verfärbt sich nicht so schnell.
2. Die Beeren vorsichtig waschen und anschließend gut abtropfen lassen, Erdbeeren vierteln. Die Beeren zum geschnittenen Obst geben und alles behutsam miteinander vermengen. Den Holunderblütensirup gleichmäßig über das Obst gießen und vorsichtig unterheben, damit die empfindlichen Beeren nicht zerdrückt werden. Den Obstsalat anschließend etwa 15 Minuten durchziehen lassen. So können sich die fruchtigen Aromen optimal miteinander verbinden.
3. Vor dem Servieren die Kürbiskerne fein hacken und gemeinsam mit frischen Minzeblättern

über den [Obstsalat](#) streuen. Den steirischen Sommer-Obstsalat gut gekühlt servieren und genießen.

Tipp

Besonders köstlich schmeckt der steirische Sommer-Obstsalat mit einem Klecks Naturjoghurt oder griechischem Joghurt. Wer den steirischen Charakter noch stärker hervorheben möchte, kann die Kürbiskerne kurz in einer Pfanne ohne Fett anrösten – dadurch entwickeln sie ein besonders intensives Aroma.