

## Herbstlicher Obst-Salat

### Für 2 Personen

1 Orange	200 g blaue Trauben	1 Apfel
1 Birne	1 Zitrone	1 Feige
50 g Walnusskerne	150 g Sahne-Joghurt	2 EL Honig
1 EL Orangenlikör		

Die Orange halbieren und den Saft auspressen. Den Orangensaft mit dem Honig aufkochen. Nach drei Minuten den Topf vom Herd nehmen und den Orangenlikör dazugeben. Die Trauben waschen und halbieren. Den Apfel und die Birne halbieren und jeweils eine Hälfte in Spalten schneiden. Die Zitrone auspressen und den Zitronensaft auf die Äpfel, Birnen und Trauben geben. Die Feige waschen und in Achtel schneiden. Die Walnusskerne grob hacken. Die Orangensoße mit dem Obst und den Walnusskernen vermischen. Den Sahne-Joghurt cremig rühren. Den Obstsalat mit dem Sahne-Joghurt auf einem Teller anrichten und servieren.

Christoph Stöhr am 04. November 2010