

Rotkohl als pikant-süßer Salat

300g Rotkohl, nicht zu fein geschnitten - 1 kleine Zwiebel in feine Streifen geschnitten – 1 Apfel, entkernt und mit Schale in feine Scheiben geschnitten – 2 cm Ingwer gerieben – Kreuzkümmel , gemahlen oder gestossen – Zucker– Zitronensaft und -Schale – Nussöl – Balsamico – 2 El Walnüsse oder Haselnüsse, gehackt - Salz und Pfeffer.

Alle Zutaten gut miteinander vermischen, abdecken und möglichst ein bis zwei Tage im Kühlschrank in Ruhe lassen. Vor dem Servieren sollte nochmal die Intensität der Gewürze abgeschmeckt werden. Der kleine Kick ist der Kreuzkümmel. Man kann ihn auch gestoßen kurz in der Pfanne karamellisieren, aber nur, wenn man Aufwand betreiben möchte.

Man kann den Salat auch mit Mohnöl und ein wenig Mohn statt Nüssen und mit Cranberry-Essig machen. Himbeeressig ist auch denkbar. Auch mit in Sherry eingelegten Rosinen. Da sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.

Guten Appetit!



Rotkohl als pikant-süßer Salat

300g Rotkohl, nicht zu fein geschnitten - 1 kleine Zwiebel in feine Streifen geschnitten – 1 Apfel, entkernt und mit Schale in feine Scheiben geschnitten – 2 cm Ingwer gerieben – Kreuzkümmel , gemahlen oder gestossen – Zucker– Zitronensaft und -Schale – Nussöl – Balsamico – 2 El Walnüsse oder Haselnüsse, gehackt - Salz und Pfeffer.

Alle Zutaten gut miteinander vermischen, abdecken und möglichst ein bis zwei Tage im Kühlschrank in Ruhe lassen. Vor dem Servieren sollte nochmal die Intensität der Gewürze abgeschmeckt werden. Der kleine Kick ist der Kreuzkümmel. Man kann ihn auch gestoßen kurz in der Pfanne karamellisieren, aber nur, wenn man Aufwand betreiben möchte.

Man kann den Salat auch mit Mohnöl und ein wenig Mohn statt Nüssen und mit Cranberry-Essig machen. Himbeeressig ist auch denkbar. Auch mit in Sherry eingelegten Rosinen. Da sind der Fantasie keine Grenzen gesetzt.

Guten Appetit!

