

Rezept

Asiatischer Kohlsalat

Ein Rezept von Asiatischer Kohlsalat, am 28.09.2023

Zutaten

300 g Rotkohl	300 g Weißkohl
Salz	3 dicke Möhren
1 Bund Frühlingszwiebeln	1 Knoblauchzehe
1 Stück Ingwer (ca. 2 cm)	1 Limette
2 EL süße Chili-Sauce (für Hühnergerichte, aus dem Asienladen)	2-3 EL Sojasauce
8 EL Sojaöl oder Sonnenblumenöl	2 EL geröstetes Sesamöl
	3 EL geröstete, gesalzene Erdnüsse

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 - 6 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 240 kcal

Zubereitung

1. Beide Kohlsorten putzen, waschen, getrennt in feine Streifen schneiden und jeweils in eine Schüssel geben. Die Kohlstreifen salzen und mit den Händen kräftig durchkneten, bis sie glasig werden. Dann ca. 15 Min. ziehen lassen.
2. Inzwischen die Möhren schälen und in feine Streifen (Julienne) raspeln. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und mit dem zarten Grün schräg in Ringe schneiden.
3. Für das Dressing Knoblauch und Ingwer schälen und sehr klein würfeln. Die Limette auspressen, den Saft mit Chili- und Sojasauce, Ingwer, Knoblauch und beiden Ölen kräftig verrühren. Beide Kohlsorten, Möhren, Frühlingszwiebeln und das Dressing in eine Schüssel geben. Alle Zutaten gut mischen und ca. 15 Min. ziehen lassen. Die Erdnüsse grob hacken. 2 EL gehackte Nüsse kurz vor dem Servieren unter den Kohlsalat mischen, die restlichen darüberstreuen.