

## Rezept

# Bunter Krautsalat

Ein Rezept von Bunter Krautsalat, am 18.09.2024

## Zutaten

½ Weißkohl (ca. 500 g)	¼ Rotkohl (ca. 200 g)
1 kleine Möhre (ca. 100 g)	Salz
100 g vegane Mayonnaise	50 g vegane Crème-fraîche-Alternative (z. B. Crème vega)
1 TL Cashew-Mus	2 TL Dijon-Senf
1 EL Apfelessig	1 TL Zucker
Pfeffer	

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 210 kcal, 17 g F, 3 g EW, 10 g KH

## Zubereitung

1. Vom Weiß- und Rotkohl die äußeren Blätter entfernen, Kohl waschen, den Strunk keilförmig entfernen und beide Kohlsorten in sehr feine Streifen schneiden (oder mit dem Küchenhobel hobeln). Die Möhre waschen, putzen, quer vierteln und in feine Streifen schneiden. Alles in eine große Schüssel mit Deckel geben und mit 1 EL Salz bestreuen. 1 Min. kräftig mit den Händen durchkneten und die entstandene Flüssigkeit abgießen.
2. Mayonnaise, Crème-fraîche, Cashewmus, Senf, Essig und Zucker in ein Schraubglas geben, mit dem Deckel verschließen und kräftig durchschütteln. Das Dressing mit Salz und Pfeffer würzig abschmecken und über den Salat gießen.
3. Den Salat durchmischen und den Deckel auflegen. Den Salat mind. 2 Std. (oder über Nacht) im Kühlschrank ziehen lassen. Er bleibt gekühlt mind. 3 Tage lang frisch.