

Rezept

Krautsalat mit Apfel

Ein Rezept von Krautsalat mit Apfel, am 26.04.2024

Zutaten

1 Spitzkohl (ca. 750 g)	3 EL Weißweinessig
Salz	Pfeffer
1 TL Zucker	1 roter Apfel
1 Bund Schnittlauch	4 EL Rapsöl

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN 20 MIN. | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 160 kcal

Zubereitung

1. Den Kohl vierteln, Strunk herausschneiden, die Stücke quer in sehr dünne Streifen schneiden. In einer großen Schüssel Essig mit 1 TL Salz, Pfeffer und dem Zucker gut verrühren. Kohlstreifen dazugeben und 2-3 Min. mit den Händen verkneten.
2. Den Apfel gut waschen, achteln, entkernen und quer in dünne Scheibchen schneiden. Schnittlauch waschen, trocken schütteln und in feine Röllchen schneiden. Schnittlauch mit dem Apfel unterheben. Salat mit Salz und Pfeffer abschmecken, das Öl untermischen und alles vor dem Servieren 10 Min. ziehen lassen.