

Rezept

Rotkrautsalat

Ein Rezept von Rotkrautsalat, am 19.04.2024

Zutaten

- | | |
|--|---|
| 1 kleiner Kopf Rotkohl (etwa 700 g) | Salz |
| 1 großes Bund glatte Petersilie | 4 Frühlingszwiebeln |
| 2 Knoblauchzehen | 1 EL Honigsenf oder scharfer Senf |
| 2 EL frisch gepresster Zitronensaft | Pfeffer |
| 2 EL Öl | 2 EL Sahne (oder entsprechend mehr Öl) |

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 60 bis 90 min | **Pro Portion** Ca. 120 kcal

Zubereitung

- 1.** Vom Kohl alle welken Blätter entfernen. Den Kohl vierteln, aus jedem Viertel den Strunk in der Mitte herausschneiden. Kohl mit einem Küchenhobel in dünnen Streifen in eine Schüssel hobeln. Mit 2 TL Salz vermischen und mit den Händen so lange kräftig durchkneten, bis die Streifen anfangen, geschmeidig zu werden. Den Kohl 30 Minuten durchziehen lassen.

- 2.** Dann Petersilie abbrausen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein hacken. Von den Frühlingszwiebeln die Wurzelbüschel und die welken oberen Teile abschneiden. Die Zwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden.

- 3.** Knoblauch schälen und durchpressen. Mit dem Senf, dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer verrühren. Das Öl und die Sahne kräftig unterschlagen. Die Sauce mit der Petersilie und den Zwiebelringen unter die Kohlstreifen rühren, abschmecken. Der Salat passt zu Schweinesteaks und -koteletts, zu Würstchen und zu Gemüse wie Kürbis oder zu Pilzen.