

Rezept

Sauerkrautsalat mit Speck

Ein Rezept von Sauerkrautsalat mit Speck, am 24.02.2024

Zutaten

1 rote Zwiebel	80 g Speckwürfel
1/2 TL Kümmelsamen nach Belieben	50 ml naturtrüber Apfelsaft
2 EL Apfelessig	2 EL Rapsöl
Salz	Pfeffer, frisch gemahlen
1 TL Zucker	400 g rohes Sauerkraut
1 Bund Schnittlauch	

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 405 kcal

Zubereitung

1. Die Zwiebel schälen und fein hacken. Speckwürfel in einer Pfanne bei mittlerer Hitze 2-3 Min. unter Rühren braten, bis sie leicht knusprig werden. Die Zwiebel und eventuell den Kümmel dazugeben, 2-3 Min. mitdünsten.
2. Speck und Zwiebel mit dem Apfelsaft ablöschen, mit Essig und Öl verrühren. Mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.
3. Das Sauerkraut abtropfen lassen und mit der Gabel auflockern. Mit dem Speckdressing mischen, pikant abschmecken. Schnittlauch waschen, trockenschütteln, in Röllchen schneiden und auf den Salat streuen.