

Rezept

Weißkohlsalat mit Joghurt und Schafkäse

Ein Rezept von Weißkohlsalat mit Joghurt und Schafkäse, am 09.06.2026

Zutaten

500 g Weißkohl, möglichst zarter Spitzkohl	Salz
2 EL gutes Olivenöl	2-3 EL Weinessig
schwarzer Pfeffer	4 Stängel frischer Dill und Dill zum Garnieren
150 g Joghurt	50 g Feta-Schafkäse

Rezeptinfos

Portionsgröße ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min
| **Pro Portion** Ca. 280 kcal

Zubereitung

- 1.** Kohl putzen, waschen und vierteln. Strunk herausschneiden. Die Viertel bis auf die dicken Rippen auf dem Gurkenhobel in feine Streifen schneiden, diese in eine Schüssel geben. 1 TL Salz untermischen. Den Kohl mit dem Kartoffelstampfer 5 Min. kräftig durchstampfen, damit er mürbe und saftig wird.
- 2.** Öl, Essig und reichlich Pfeffer auf den Kohl geben. Dill abspülen, trocken schütteln, die Triebspitzen abzupfen, hacken und zufügen. Alles gründlich vermischen und abschmecken. Den Salat 15-20 Min. durchziehen lassen.
- 3.** Vor dem Servieren den Joghurt unter den Salat mischen und diesen erneut abschmecken. Den Käse zerbröckeln und aufstreuen. Den Salat mit Dill garnieren und servieren.