

Krautsalat

Zutaten (für 4-6 Portionen):

- 700 g Spitzkohl
- 1 rote Zwiebel
- 1 EL Kümmelsaat
- 6 Stiele Petersilie
- 6 EL Weißwein-Essig
- 1 TL Zucker
- etwas Cayenne-Pfeffer
- 3 EL Sonnenblumenkernöl

Spitzkohl waschen, längs vierteln und den holzigen Strunk entfernen. Dann in sehr feine Streifen schneiden. Die rote Zwiebel fein würfeln.

Kümmelsaat in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Essig mit 4 EL Wasser, Salz, Pfeffer, Zucker, Cayennepfeffer, Kümmelsaat und Öl verquirlen. Petersilie und Spitzkohl dazugeben, gut vermengen und 30 Minuten ziehen lassen.

Sendung/Quelle: Tim Mälzer kocht!

Letzter Sendetermin: 15.09.2018

Koch/Köchin: Tim Mälzer

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen