

Super Kohl – super cool !

Chinakohlsalat mit Sojadressing

DAS WIRD GEBRAUCHT:

Zutaten:

1 kg Chinakohl
1 El Salz
2 Frühlingszwiebeln
100 ml Sojasauce
50 ml Weisweinessig
4 El Sojaöl
Ingwerwurzel fein gerieben
1 El Zucker
2 Tl scharfe Chilipaste
2 Knoblauchzehen
Ketchup z. Abschmecken

EIN REZEPT VON:

Sonja Carlsson

AUS:

Kohl saisonfrisch

TIPPS:

Sie können noch feine, bunte Paprikasteifen unter den Salat mischen; auch Maiskörner passen dazu.

Rezept für 4 Personen

SO GEHT'S:

Zubereitung:

Die einzelnen Blätter des Chinakohls lösen, waschen und in nicht zu feine Streifen schneiden.

Die Kohlstreifen mit dem Salz kräftig durchkneten und etwa 3-4 Std. ziehen lassen. Danach den Kohl gut ausdrücken.

Die Frühlingszwiebeln waschen und fein schneiden. In die Sojasauce Essig und Öl einrühren und den Ingwer hinzufügen, mit Zucker und Chilipaste würzen.

Den Knoblauch schälen und klein schneiden und zur Marinade geben, ebenso die Frühlingszwiebeln. Mit Ketchup abschmecken und gut umrühren.

Den Kohl in die Marinade geben, das Ganze miteinander gut vermengen und mindestens 24 Stunden durchziehen lassen.