

Super Kohl – super cool !

Bunter Krautsalat

DAS WIRD GEBRAUCHT:

Zutaten:

¼ Kopf Rotkohl
¼ Kopf Weißkohl
4 – 5 Möhren
2 Äpfel
1 kl. Zwiebel
1 – 2 El Petersilie
2 – 3 El Walnüsse
150 g Weintrauben
Saft 1 Zitrone
5 – 6 El Rapsöl
Salz u. Pfeffer
Zucker

EIN REZEPT VON:

den Besser Landfrauen

AUS:

TIPPS:

SO GEHT'S:

Zubereitung:

Kraut fein hobeln. Möhren und Äpfel raspeln. Zwiebel klein hacken. Petersilien klein schneiden. Walnüsse klein hacken. Trauben halbieren.

Den Kohl mit den Möhren, Äpfeln, Zwiebeln, Petersilie und Nüssen gut vermengen.

Vom Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Zucker u. dem Öl eine Marinade rühren und unter den Salat mengen und durchziehen lassen.

Mit den Weintrauben den Salat garnieren.