Rezept

Chinakohl als frischer Salat

Zutaten für ca. 6 Portionen
Arbeitszeit: ca. 20 min

- 1 Chinakohl
- 4 – 5 Tomaten
- 1 Bund Schnittlauch
- 1 Becher Sauerrahm
- Etwas Zitronensaft
- 1 kleine Schalotte
- Kräutersalz oder Salatgewürze
- Salz und Pfeffer

Den Chinakohl waschen und putzen und in feine kleine Stücke schneiden. Die Tomaten ebenfalls in Salatgröße schneiden, beides vorab vermischen. Die Schalotte (oder auch eine kleine Zwiebel) putzen und fein hacken. Auch den Schnittlauch gut zerkleinern und beides mit unterrühren. Anschließend nach Geschmack würzen und den Sauerrahm zugeben, eine Spritzer Zitrone dazugeben und für 15 – 20 Minuten ziehen lassen.

Schon kann serviert werden. Wer Lust auf Neues hat, der kann gern noch ein paar Crêpes, oder Eierkuchen backen und den Salat als Füllung verwenden, auch ein leckeres Gericht für warme Tage.

KW27_Chinakohl_als_frischer_Salat.pdf