

Rotkraut-Salat

800 g Rotkohl	1 Stück frischer Ingwer	1 Bio-Orange
100 ml Rotweinessig	2 EL Ahornsirup	2 EL Zucker
3 EL Haselnussöl	Salz	

Vom Rotkohl die äußeren eventuell welken, unschönen Blätter entfernen. Den Rotkohl achteln und den harten Strunk ausschneiden. Den Kohl in feine Streifen schneiden oder hobeln.

Ingwer schälen und sehr fein würfeln.

Orange halbieren und den Saft auspressen.

Rotkrautstreifen mit Ingwer, Orangensaft, etwa 60 ml Rotweinessig, Ahornsirup, 1 EL Zucker, Haselnussöl und einer kräftigen Prise Salz in eine Schüssel geben und

5 Minuten durchkneten.

Den marinierten Kohl ca. 1 Stunde ziehen lassen.

Den Krautsalat eventuell etwas abtropfen lassen. Vor dem Servieren nochmals mit Salz, Zucker und eventuell noch etwas Essig abschmecken.

Dazu passen karamellierte Maronen oder Kastanien-Crêpes.

Simon Tress am 01. November 2019