

# Kraut-Salat

## Für 4-6 Portionen

700 g Spitzkohl	1 Rote Zwiebel	1 El Kümmelsaat
6 Stiele Petersilie	6 El Weißweinessig	1 TL Zucker
Cayennepfeffer	3 El Sonnenblumenöl	

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, 1 TL Zucker, Cayennepfeffer, Kümmelsaat und Öl verquirlen. Petersilie und Spitzkohl zugeben, gut vermengen und 30 Minuten ziehen lassen.

Tim Mälzer am 04. Mai 2013