

ZUKUNFTS-REZEPT

ROTKOHL-SALAT MIT BIRNE UND ZIMT 10 PORTIONEN

Zutaten

- 800 g Rotkohl
- 2,5 g Salz
- 200 g Birnen
- 35 ml Rapsöl
- 20 ml Zitronensaft
- Zimt nach Belieben
- Rosinen optional, nach Belieben
- Sonnenblumenkerne optional, nach Belieben



Zubereitung

1. Den Rotkohl fein hobeln oder schneiden und mit dem Salz gut vermengen.
2. Die Birnen waschen und das Kerngehäuse entfernen. Dann die Birnen mit dem Öl sowie dem Zitronensaft fein pürieren und mit dem Rotkohl vermischen.
3. Mit Zimt abschmecken und gegebenenfalls mit Rosinen und Sonnenblumenkernen verfeinern.