

ZUKUNFTS-REZEPT

WINTERLICHER SALAT MIT GRANATAPFELKERNEN & WALNÜSSEN 2 PORTIONEN

Zutaten

- 1 Orange
- 4 EL Olivenöl
- 1 TL Ahornsirup gegebenenfalls etwas mehr
- 1 EL Tahini (Sesammus)
- 3 EL Zitronensaft gegebenenfalls etwas mehr
- 1 Prise Meersalz gegebenenfalls etwas mehr
- 1 Prise Cayennepfeffer gegebenenfalls etwas mehr
- 250 g Schwarz- oder Grünkohl
- 140 g Römersalat
- 2 Kakis
- 25 g Walnüsse oder Haselnüsse
- ½ Granatapfel davon die Kerne
- Chiliflocken grob gemahlen, nach Belieben



Zubereitung

1. Die Orange schälen, etwas zerkleinern und in einen Mixer geben. Olivenöl, Ahornsirup, Tahini, Zitronensaft sowie eine Prise Salz und eine Prise Cayennepfeffer ebenfalls in den Mixer geben. Alle Zutaten zu einem cremig-feinen Dressing pürieren. Das Dressing mit Zitronensaft sowie Salz und Cayennepfeffer abschmecken. Beiseite stellen.
2. Den Schwarzkohl gründlich waschen und die Blätter von den harten Rippen entfernen. Die Blätter mundgerecht zupfen. Den Römersalat ebenfalls waschen, den harten Strunk abschneiden und den Römersalat klein schneiden.
3. Die Kakis waschen, die Enden abschneiden und die Kakis quer in feine Scheiben schneiden und vierteln. Die Pekannüsse sofern nötig knacken und fein hacken.
4. Den Schwarzkohl und den Römersalat in einer Schüssel mit dem Dressing vermischen und auf Teller verteilen. Die Kakistücke, die Granatapfelkerne sowie die gehackten Pekannüsse über den Salat geben und diesen mit ein paar Chiliflocken bestreuen. Gegebenenfalls ein paar Spritzer Zitronensaft über dem Salat verteilen und servieren.