

CHILI-ERDNUSS-KRAUTSALAT

ZUTATEN

(FÜR 4 PORTIONEN)

- 200g Weißkohl
- 200g Rotkohl
- 3 Möhren
- 2 Paprikaschoten (rot & gelb)
- 3 Frühlingszwiebeln

Dressing:

- 100g Erdnussbutter
- 30g Sojasoße
- 20g Honig
- 2 TL Chilisoße
(z.B. Sriracha-Chilisoße)
- 100g Wasser



ZUBEREITUNG

1. Rot- und Weißkohl fein hobeln, in eine große Schüssel geben mit 1 TL Salz bestreuen und mit Gummihandschuhen kräftig durchkneten, damit er weicher und bekömmlicher wird. Fest in die Schüssel drücken.
2. Möhren raspeln, auf den Kohl geben und ebenfalls fest andrücken.
3. Paprika in feine Streifen schneiden, auf die Möhren geben, fest andrücken.
4. Frühlingszwiebeln in feine Ringe schneiden, auf die Paprikastreifen geben, fest andrücken.

Dressing:

Alle Zutaten für das Dressing in ein hohes Gefäß geben und mit dem Pürierstab verquirlen, mit Salz und Chilisoße abschmecken und über die Frühlingszwiebeln geben.

Die Salatschüssel abdecken und für ein paar Stunden in den Kühlschrank stellen. Danach kräftig vermischen.

Schmeckt als Rohkost-Hauptgericht mit einem Stück Baguette oder als Beilagensalat zum Grillen oder als Partysalat.