

Spitzkohlsalat

So fruchtig kann Krautsalat schmecken! Überraschen Sie Gäste mit diesem knackig-aromatischen Spitzkohlsalat mit Grapefruit, Avocado und Möhre!

etwa 6 Portionen  gelingt leicht  bis 40 Minuten



Zutaten:

Zutaten:

etwa 2 EL Dr. Oetker gehobelte Mandeln
120 g Möhren
100 g Frühlingszwiebeln
1 Pink Grapefruit
1 Avocado
1 kleiner Spitzkohl (etwa 450 g)
½ TL Salz

Dressing:

150 g Dr. Oetker Crème fraîche Classic
1 EL Himbeeressig
2 TL Honig
1 TL Dijon-Senf
1 Pck. Dr. Oetker Finesse Geriebene Orangenschale
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Wie bereite ich einen fruchtigen Krautsalat mit Spitzkohl zu?:

1 Vorbereiten:

Mandeln in einer beschichteten Pfanne ohne Fett leicht bräunen und auf einem Teller erkalten lassen. Möhren schälen und mit einem Messer oder einem Sparschäler in dünne Scheiben schneiden. Frühlingszwiebeln waschen und in Ringe schneiden. Grapefruit schälen, weiße Haut dabei mit entfernen, Fruchtfleits ausschneiden und evtl. klein schneiden. Avocado längs halbieren, den Kern entfernen. Das Fruchtfleisch herauslösen und in kleine Stückchen schneiden. Spitzkohl putzen und in feine Streifen schneiden.

2 Zubereiten:

Kohlstreifen mit Salz in einer großen Schüssel mischen und mit den Händen gut durchkneten. Avocado, Möhren, Frühlingszwiebeln und Grapefruit hinzufügen.



3 Dressing:

Crème fraîche, Himbeeressig, Honig, Senf, Finesse, Salz und Pfeffer miteinander verrühren, abschmecken und mit den Salatzutaten vermengen. Salat mit den gehobelten Mandeln bestreuen.

Tipps aus der Versuchsküche

- Statt mit Himbeeressig kann das Dressing auch mit Balsamico Bianco zubereitet werden.
- Die Grapefruit kann auch gegen Orange ausgetauscht werden.

