

Seniorenclub
Schmalfeld



Salat der Kohltage 2023

mit einem Hauch von Apfel

aus dem Kohlosseum, der Dithmarscher Krautwerkstatt

Zutaten:

- 1 Glas Sauerkraut 410gr aus dem Kohlosseum
- 1/2 Apfel
- 1/2 Zwiebel
- für die Marinade
- 8 Esslöffel Sahne
- 1 Esslöffel Meerrettich
- 3 Teelöffel Sonnenblumenöl
- 1 Prise Salz, Pfeffer und Zucker
- ein bisschen Zitronensaft

Die halbe Zwiebel in feine Würfel schneiden und mit dem Öl, Zitronensaft und dem Meerrettich verrühren. Mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Apfel entweder raspeln oder in kleine Stücke schneiden. Das Sauerkraut mit dem Apfel und der Marinade vermischen.