www.dnfev.de

DNF kulinarisch

Informationen der Deutsch-Norwegischen Freundschaftsgesellschaft e.V.

Rotkohl-Walnuss-Salat mit Mohndressing

Zutaten für 4 Personen

Fotos: Uta Kempf

Dressing

30	ml	Obstessig
1	TL	Dijon-Senf
80	ml	Olivenöl
1	TL	Honig
1	EL	Mohn
2	Pr.	Salz
1	Pr.	Pfeffer

Salat

50	g	Walnusskerne
250	g	frische Rotkohlblätter
2	Pr.	Salz
1		Apfel
50	g	Pecorino (gerieben)

Zubereitung

Alle Zutaten für das Dressing in einem Schraubglas kräftig schütteln oder in einer Schüssel miteinander verrühren.
Die Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne rösten, bis sie aromatisch duften.
Aus der Pfanne nehmen und abkühlen lassen. Den Rotkohl waschen, dicke Blattenden herausschneiden, und die Blätter in sehr feine Streifen schneiden. In einer Schüssel mit Salz vermischen und den Rotkohl mit den Händen ca. 5 Minuten durchkneten, damit er für den Rohverzehr schön weich wird.
Den Apfel waschen, entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Zum Rotkohl in die Schüssel geben, das Dressing darüber gießen und alles gut miteinander vermischen.
Zum Schluss mit dem geriebenen Käse und den Walnüssen bestreuen.

Impressum: Deutsch-Norwegische Freundschaftsgesellschaft e.V. Postfach 100816, 45008 Essen
Email: info(at)dnfev.de
Internet: www.dnfev.de / www.norwegenportal.de
Redaktion: Uta Kempf