

Coleslaw

Für 2 Personen:

1/2 Spitzkohl	1 Apfel	1 Karotte
1 Bund Schnittlauch	1 Limette	1 EL Schmand
1 Spur milder Essig	1 Spur Gewürzöl	Sanddorn-Zitrone
1 Msp. Gewürzsalz	1 Msp. Pfeffermix	1 EL Zucker

Halben Spitzkohl in dünne Streifen schneiden und in eine Schüssel geben.

Apfel und Karotte mit in die Schüssel reiben.

Schnittlauch in grobe Stifte schneiden und mit in die Schüssel geben. Dann Limettenschale über die übrigen Zutaten reiben, Limette auspressen und Saft dazugeben Das Ganze mit Zucker und Salz würzen. Essig und Gewürzöl dazugießen. Alle Zutaten ca. 1 Minute mit den Händen gut verkneten.

Wenn man das Ganze noch upgraden will, Schmand dazugeben und alles gut verrühren.

Steffen Henssler am 14. September 2021