

Grünkohl-Salat mit Nüssen und Feta

Für 4 Personen:

500 g Grünkohl	1 weiße Zwiebel	1 Bio- Orange
4 EL Olivenöl	2 EL weißer Balsamico	1 EL grober Senf
2 EL Pekannuss-Kerne	1 Apfel	200 g Feta
Salz, Pfeffer		

Für das Dressing die Schale der Orange abreiben und mit Senf und Essig verrühren. Das Olivenöl in dünnem Strahl unterrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer mag, kann auch etwas Saft der Orange dazugeben.

Den Grünkohl waschen, putzen und klein rupfen. Die Zwiebel in sehr feine Scheiben schneiden. Beides zusammen kräftig kneten, um die Struktur des rohen Kohls zu brechen. Anschließend das Dressing untermischen.

Kohl auf Tellern anrichten, den Feta darüber krümeln und mit dünnen Apfelscheiben und den Nüssen garnieren. Restliches Dressing darüber träufeln.

Zora Klipp am 08. Februar 2021