



# Gurken - Kohlrabi - Salat mit Rucola, geröstetem Sesam

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 10m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 20m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '20', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '10m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Die fernöstliche Küche lässt grüßen, passt zu Vielem, schmeckt hervorragend

## Zutaten

- Für den Salat:
- 1 Salatgurke
- 1 junger, mittelgroßer, holzfreier Kohlrabi
- 2 Stangen junger Frühlingslauch in dünnen Ringen
- 50 g Rucola, geputzt, in kaltem Wasser aufgefrischt, trocken abgelaufen
- 1/2 rote Chilischote, fein gewürfelt
- 1 kleines Bund frischer Schnittlauch in Röllchen
- 2 El Sesamsaat, ohne Fett geröstet
- Für den Dressing:
- 1 1/2 El Wasabi Paste aus dem Asia - Handel
- 6 El Zitronensaft und etwas Abrieb
- 4 El Sonnenblumenöl
- 1 El Sesamöl
- 1 Tl Zucker

## Zubereitungsart

### Schritt1

Der Dressing:

### Schritt2

Die Wasabi Paste, Zitronensaft und beide Ölsorten verrühren, mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken.

### **Schritt3**

Der Salat:

### **Schritt4**

Die Gurke schälen, dabei gern etwas von der Schale stehen lassen. In der Länge halbieren und mit einem Teelöffel die Kerne heraus kratzen, in Scheiben schneiden.

### **Schritt5**

Den Kohlrabi schälen, vierteln und dann in dünne Scheibchen schneiden, ebenso den Frühlings - und Schnittlauch.

### **Schritt6**

Alles in einer Salatschüssel mit den Chiliwürfelchen mengen und mit dem Dressing marinieren; etwas durchziehen lassen.

### **Schritt7**

Kurz vor den Servieren den gerösteten Sesam und den Rucola unterheben.

**Rezeptart:** Salatrezepte

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/gurken-kohlrabi-salat-mit-rucola-geroestetem-sesam/>