



Rotkraut Salat mit Kürbiskernen und Apfel Essig

- **Portionen:** 6-7
- **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' : '6-7', 'yield' : " " });
```

„Schnöder Rotkraut Salat“, von wegen, probieren sie einmal diesen

Zutaten

- 1 kleiner Kopf Rotkohl, geputzt, von äußeren Blättern befreit ohne Strünke
- 1 säuerlicher Apfel, gehobelt
- 2 El grobkörniger Senf
- 1/4 l Apfel Essig
- 1/4 l Kürbiskern Öl
- 60 g Kürbiskerne, geröstet
- Salz, frisch gemahlener Pfeffer, ev. 1 Prise Zucker nach eigenem Geschmack

Zubereitungsart

Schritt1

Den vorbereiteten Rotkohl vierteln und sehr fein schneiden

Schritt2

(Das geht am besten auf der Aufschnitt Maschine, kriegt man mit einem Messer gar nicht so dünn hin)

Schritt3

Den Senf mit Apfelessig verrühren und mit Kürbiskern Öl "aufziehen", salzen, pfeffern, mit dem Rotkraut und dem gehobelten Apfel mengen.

Schritt4

Die Kürbiskerne in einer Stielpfanne ohne Fett rösten, bis sie duften; zum Rotkraut geben. Einige Stunden, idealer Weise über Nacht im Kühlschrank durch ziehen lassen.

Rezeptart: Salatrezepte

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/rotkraut-salat-mit-kuerbiskernen-und-apfel-essig/>