

KAPPES & BANANEN



FEINKOST HÖRSCHGENS

Rezepte für jeden Geschmack

Schneller, vitaminreicher Rotkohlsalat

Zutaten:(2 Pers.) 300g frischen Rotkohl, 2 Maracuja, 1 Apfel (mürbe, süß-sauer), gutes Olivenöl, Salz, Zucker, Preiselbeeren aus dem Glas.

Zubereitung: Den Rotkohl auf einer Reibe dünn in eine Schüssel hobeln. Den Apfel schälen, entkernen und vierteln, feine Spalten in die Schüssel schneiden. Den Inhalt von 2 Maracuja auskratzen und über Rotkohl und Apfel geben. Das ganze mit einem guten Olivenöl übergießen, salzen und eine Prise Zucker hinzugeben. Dann noch 2 EL Preiselbeeren aus dem Glas hinzugeben. Das Ganze gut vermischen, kurz durchziehen lassen.