Bunter Krautsalat

Kategorie: Salate - Aufwand: gering - Preis: gering - für Gruppen: ja - vegetarisch: ja

400 g	Weißkohl
1,0	Möhre
4,0	Gewürzgurken
30,0 ml	Olivenöl
30,0 ml	heller Kräuteressig
1,0 TL	Zucker
	Salz und Pfeffer
1,0 EL	getrocknete Petersilie

(Angaben für 4 Personen)

Kohl ist im Winter ein wichtiger Vitaminlieferant. Mit Gewürzgurken und geraspelten Möhren aufgepeppt, macht er auch optisch gleich mehr her.

Zubereitung

Vom Kohlkopf die äußeren Blätter entfernen, den Kopf waschen, den Strunk entfernen, den Kohl in sehr feine Streifen schneiden und in eine Schüssel geben. Mit kochendem Wasser übergießen, so dass der Kohl bedeckt ist und darin zwei Minuten stehen lassen, dann das Wasser abgießen. Die Möhre nach Belieben schälen oder gründlich waschen und grob raspeln. Die Gewürzgurken abtropfen lassen und würfeln. Das Gemüse in einer Schüssel mischen.
Für die Marinade Öl, Essig, Zucker, Salz, Pfeffer und Petersilie vermengen und über den Salat geben. Zugedeckt mindestens zwei Stunden, besser einen ganzen Tag lang, ziehen lassen.
Tipp: Als Alternative zu Weißkohl eignet sich auch Spitzkohl.