



schneller Krautsalat

Rotkohl putzen, den Strunk herausschneiden und den Rest vierteln, bzw. achteln. Rotkohl in feine Streifen hobeln, zur Not schneiden.

In eine Schüssel geben, das Salz darüber streuen und mit den Händen ca. 5 Minuten kräftig durchkneten, bis der Rotkohl anfängt Flüssigkeit zu bilden.

Etwas ziehen lassen, inzwischen die Frühlingszwiebeln putzen, längs halbieren und fein schneiden.

Den Zucker zum Rotkohl geben und noch einmal kurz mit den Händen durchkneten. Nun die Frühlingszwiebeln, den Apfelessig und das Öl hinzufügen. Alles sehr gut vermischen und mit etwas Pfeffer würzen.

Noch einmal mindestens 30 Minuten durchziehen lassen, dann kann man den Salat schon verzehren. Je länger er ziehen kann, desto besser wird er natürlich.



Zutaten für 4 Personen:

1	Kopf	Rotkohl, klein
4	Stk	Lauchzwiebeln
4	EL	Apfelessig
2	EL	Pflanzenöl
2	TL	Salz
1	EL	Zucker
		Pfeffer