Krautsalat mit Orangen

Diesem Rezept kann kein Salatfan widerstehen: Der Krautsalat mit Orangen bringt verschiedene Aromen wunderbar harmonisch zusammen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 15 min

Ruhezeit: 30 min

Gesamtzeit: 45 min

Zutaten

Für den Salat

600 g	Weißkraut
3 Stk.	Orangen
1 TL	Salz

Für das Dressing

2 Stk.	Zwiebel (rot)
1 Stk.	Knoblauchzehe
1 Stk.	Chilischote
1 Bund	Petersilie
2 EL	Rapsöl
1 TL	Weizenkeime
0.5 TL	Zimt
0.5 TL	Curry
1 Stk.	Orange (Saft)

Zubereitung

1. Für den **Krautsalat mit Orangen** das Weißkraut in feine Streifen hobeln oder schneiden und großzügig salzen. Kräftig mit den Händen durchkneten, bis das Kraut weich wird. Dann ca. 30 Minuten durchziehen lassen.

2. In der Zwischenzeit die roten Zwiebeln und den Knoblauch schälen und fein hacken. Chilischote waschen und sehr klein schneiden. Petersilie waschen, trocken schütteln und fein hacken.

3. Öl mit Zwiebeln, Knoblauch, Chili, Weizenkeimen und Orangensaft zu einem Dressing verrühren. Mit Zimt und Curry abschmecken. Die Orangen schälen und filetieren. Weißkraut mit Orangen, Petersilie und dem Dressing vermengen und servieren.

Tipp

Der Krautsalat mit Orangen schmeckt wunderbar zu Gegrilltem oder Kurzgebratenem.