

Sauerkrautsalat mit Apfel

Der Sauerkrautsalat mit Apfel ist ein gesundes Salat-Rezept. Eine vitaminreiche Salat-Beilage zu vielen Speisen.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 10 min

Gesamtzeit: 10 min



Zutaten

300 g	Sauerkraut
2 EL	Zitronensaft
1 Prise	Salz
1 TL	Honig (oder Ahornsirup)
2 Stk.	Äpfel
1 Prise	Kümmel

Zubereitung

1. Für den **Sauerkrautsalat mit Apfel** das Sauerkraut abtropfen lassen. Mit einem Messer etwas zerkleinern und in eine Schüssel geben.
2. Den frisch gepressten Zitronensaft mit Salz, Öl und Honig zu einem Dressing verrühren.
3. Die Äpfel schälen und klein raspeln, alle Zutaten vermengen und mit etwas ganzen Kümmel würzen.

Tipp

Zum Sauerkrautsalat mit Apfel, Karotten raspeln oder nach Belieben Speckwürfeln untermengen.