

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Süß-saurer Wintersalat

Zutaten: Salat: 500 g frisches Sauerkraut, 3 saftige Äpfel, 1 Handvoll Rosinen, 1 Handvoll Nüsse, gehackt oder gerieben

Salatsoße: 150 g Joghurt, 1 TL Senf, 1 EL Honig, 3 TL Fruchtaufstrich oder Konfitüre aus Preiselbeeren oder roten Johannisbeeren, 3 EL Traubensaft (oder Orangen- oder Apfelsaft)

Zubereitung: Sauerkraut ausdrücken, den Sauerkrutsaft abgießen. Das Sauerkraut mit den Fingern zerpfücken, sodass es schön locker ist.

Die Äpfel schälen und das Kerngehäuse entfernen. Anschließend die Äpfel in kleine Stückchen schneiden.

Apfelstückchen, Rosinen und Sauerkraut in einer Schüssel mischen.

Für die Salatsoße alle Zutaten zu einer sämigen Soße verrühren und unter das Sauerkraut mischen. Die gehackten oder geriebenen Nüsse darüber streuen.

Guten Appetit wünscht ihr **Gemüsebringt's**-Team
www.gemuese-bringts.com