

## Krautsalat

(Sendung vom 04.05.2013)



### Zutaten

700 g Spitzkohl  
1 Rote Zwiebel  
1 El Kümmelsaat  
6 Stiele Petersilie  
6 El Weißweinessig  
1 TL Zucker  
Cayennepfeffer  
3 El Sonnenblumenöl

### Zubereitung

- Spitzkohl waschen, längs vierteln und den holzigen Strunk entfernen. Dann in sehr feine Streifen schneiden. Die rote Zwiebel fein würfeln.
- Kümmelsaat in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Petersilienblätter abzupfen und fein hacken. Essig mit 4 El Wasser, Salz, Pfeffer, 1 TL Zucker, Cayennepfeffer, Kümmelsaat und Öl verquirlen. Petersilie und Spitzkohl zugeben, gut vermengen und 30 Minuten ziehen lassen.

Für 4-6 Portionen

Zubereitungszeit: 25 Minuten + Ziehzeit: 30 Minuten