

Cremiger Krautsalat

Zutaten für 4 Portionen

Für den Krautsalat

- 1/2 Kopf Weisskohl – den Strunk entfernen und den Rest fein hobeln
- 2 grosse Karotten – schälen und grob raspeln
- 1 Zwiebel – halbieren und in sehr feine Ringe schneiden

Für das Dressing

- 200 g selbstgemachte vegane Mayonnaise (je nach Konsistenz mit etwas Wasser verdünnen)
- 2 EL Zitronensaft
- 1 TL Yaconsirup
- 2 TL Kümmel
- Kristallsalz und Pfeffer

Zubereitung

- Vorbereitungszeit ca. 15 Minuten
- Koch-/Backzeit ca. 2 Minuten
- Zieh-/Ruhezeit ca. 1 Stunde

Für den Krautsalat Kohl, Karotten und Zwiebel in einer grossen Salatschüssel mischen. Das Dressing zubereiten und über das Gemüse geben. Alles gut vermengen und etwa 1 Stunde ziehen lassen.

Vor dem Servieren den Krautsalat nochmals abschmecken.

In unserem Film sehen Sie, wie einfach vegane Mayonnaise hergestellt werden kann.

Nährwerte pro Portion

Kalorien: 120 kcal, Kohlenhydrate: 18 g, Eiweiss: 4 g, Fett: 3 g



Link zum Rezept

<https://zdg.de/cremiger-krautsalat.html>