

Knackiger Apfel-Grünkohl Salat

30—40 Min

Zubereitung

1. Den Grünkohl gründlich waschen und mit einem Stück Küchenrolle trocken tupfen. Nun die Blätter des Kohls in kleinere Stückchen zupfen. Anschließend in eine Schüssel geben, salzen, 1 TL Kotányi Knoblauch granuliert und etwas Öl beimengen.
2. Den Apfel und die Birne waschen und in kleine Würfeln und/oder Scheibchen schneiden. Den Granatapfel entkernen.
3. Den Salat auf einem Teller anrichten. Zuerst die Grünkohlblätter und anschließend mit Apfel, Birnen, Granatapfelkernen und Walnüssen garnieren.
4. Für das Dressing wird Tahin mit Honig oder Ahornsirup, 2 EL Olivenöl, Weißweinessig, der Saft einer halben Zitrone, etwas Salz und Pfeffer, 1 TL Kotányi Toskana Kräuter und 1 EL Wasser gemischt.
5. Den Salat mit dem Dressing beträufeln und mit einer Prise Kotányi Amazonas Chili schärfen und genießen.

Zutaten für 2 Portionen

= Kotányi Produkte

1 Stk.	Grünkohl
1 Stk.	Roter Apfel
1	Tasse Walnüsse
0.5 Stk.	Granatapfel
1 Stk.	Birne
3 EL	Tahin
0.5 EL	Honig oder Ahornsirup
4 EL	Olivenöl
1 EL	Wasser
3 EL	Weißweinessig
0.5 Stk.	Zitrone, den Saft davon
1 Pkg.	Toskana Kräuter
1 TL	Knoblauch granuliert
1 Prise	Meersalz jodiert grob
1 Prise	Pfeffer schwarz ganz
1 Prise	Chili Amazonas