

Fruchtiger Rotkohlsalat

Zutaten: (Salat)

1 kleinerer Rotkohl, in feine Streifen geschnitten
ca. 7 zarte Wirsingblätter, in feine Streifen geschnitten
1 grosse, schön reife Mango, in dünne Streifen geschnitten
½ - 1 Chilischote, entkernt und in feine Ringlein geschnitten
15 g Minze, die Blätter abgezupft und grob gehackt
20 g Koriander, die Blätter abgezupft und grob gehackt

Zutaten: (Dressing)

100 ml Limettensaft
1 Stängel Zitronengras, in kleine Stücke geschnitten
3 EL Ahornsafte
2 TL Sojasauce
evtl. etwas Chiliflocken

2 EL Sesamöl aus gerösteten Samen
4 EL mildes Sonnenblumen- oder Olivenöl

Zubereitung:

Für das Dressing alle Zutaten ausser dem Sonnenblumen- (oder Olivenöl) und dem Sesamöl in einer kleinen Pfanne während 5 – 10 Minuten bei relativ hoher Temperatur sirupartig einkochen. Vom Herd nehmen, abkühlen lassen und durch ein feines Sieb in eine Schüssel giessen. Das Sesam- und das Sonnenblumen- (oder Olivenöl) in einem feinen Strahl dazugeben und kräftig verrühren. Die Kohlstreifen mit den übrigen Salatzutaten in eine Schüssel geben, vorsichtig mischen und mit dem Dressing übergiessen. Nochmals mischen und allenfalls mit etwas Salz abschmecken.

Originalrezept aus:
Genussvoll vegetarisch – Yotam Ottolenghi, erschienen bei Dorling Kindersley
