



Rezept für Grünkohlsalat

400 g Grünkohl	waschen, grobe Stiele und Strünke entfernen. Blätter zerkleinern.
1 Zwiebel	schälen, hacken und in einer Pfanne mit
2 EL Olivenöl	andünsten.
2 EL Honig	einrühren.
1 Stück Ingwer	,etwa walnussgroß, schälen und fein würfeln. Dann in die Pfanne
	geben und mit
Salz und Pfeffer	würzen. Mit
75 ml Orangensaft	und
2 EL Weißweinessig	ablöschen. 2- 3 Min.einköcheln lassen, über den Grünkohl geben und
	alles kräftig mit den Händen durchkneten. Mindestens 2 Stunden
	zugedeckt marinieren lassen.
3 Orangen	filetieren und unter den Grünkohl heben.
50 g Walnushälften	in einer beschichteten Pfanne ohne Fett rösten, Salat damit
	anrichten.