



Rotkohlsalat mit Feta

500 g Rotkohl

1 TL Zucker,

½ TL Salz

1 EL Rapsöl

½ Granatapfel

1 Zitrone

1 Apfel

5 Datteln

1 Bund glatte Petersilie

3 EL Olivenöl,

1 EL Essig

1 EL Ahornsirup

Salz/Pfeffer

100 g Feta

1 EL geröstetem Sesam

putzen, waschen, vierteln, den Strunk entfernen und in sehr feine Streifen schneiden. Die Streifen mit

und

in einer Schüssel vermengen und gut durchkneten.

Aus

die Kerne herauslösen.

auspressen.

waschen, grob raspeln und mit dem Zitronensaft vermengen.

und

fein hacken.

und

miteinander verrühren. Zusammen mit den Datteln, der Petersilie, dem Apfel und den Granatapfelkernen unter den Rotkohl mischen. Mit abschmecken.

über den Salat bröseln und mit bestreuen.