



## Chinakohlsalat mit Apfel

600 g Chinakohl	waschen, halbieren, den Strunk entfernen und in feine Streifen schneiden.
100 g Walnusskerne	in einer Pfanne ohne Fett rösten und anschließend grob hacken.
2 Orangen	pressen.
3 säuerliche Äpfel	schälen und in kleine Würfel schneiden. Mit etwas Orangensaft vermischen. Aus dem restlichen Orangensaft,
8 EL Rapsöl,	
2 EL Apfelessig	und
1 TL Honig	ein Dressing herstellen. Mit
Zucker,	
Salz	und
Pfeffer	abschmecken.
1 Bund Petersilie	waschen, trocken schütteln, die Blätter von den Stielen abzupfen und fein hacken. Das Dressing mit den Äpfeln und der gehackten Petersilie vermengen, über den Chinakohl geben und gut unterrühren. Kurz vor dem Servieren mit den gehackten Walnüssen bestreuen.