

Rosenkohlsalat mit Parmesan und Granatapfelkernen by Astrid Kuth

Rosenkohl, wie ihr ihn lieben werdet! Als köstlicher Salat mit Parmesan, Granatapfel und einem perfekt abgeschmeckten Dressing. „Stadtköchin“ Astrid Kuth sagt: „Rosenkohlsalat klingt öde – ist aber der Knaller!“

Vorbereitung 30 Min. · Kochzeit 40 Min. · Gesamtzeit 70 Min. · 2 Portionen

Zutaten

300 g Rosenkohl
3 EL Granatapfelkerne (+ ein paar für die Deko)
1 Granny-Smith-Apfel
50 g karamellisierte Walnüsse
50 g Parmesanhobel (+ ein paar mehr für die Deko)

Zutaten für das Dressing:

1 EL Senf
1 Knoblauchzehe (gehackt)
1 TL Ingwer (gerieben)
Olivenöl
1 Zitrone (Abrieb und Saft)
Ein paar Blättchen gehackte Minze
Salz
frisch gemahlener Pfeffer

Zubereitung

1. Reibt 300 g Rosenkohl mit einem Gemüsehobel in ganz feine Scheiben (Vorsicht, Finger!).
 2. Entkernt einen Granny-Smith-Apfel und schneidet ihn in feine Würfel. Vermischt den Rosenkohl, den Apfel, 3 EL Granatapfelkerne, 50 g karamellisierte Walnüsse und 50 g Parmesanhobel vorsichtig miteinander.
 3. Verrührt alle Dressing-Zutaten miteinander und hebt das Dressing vorsichtig unter den Salat. Schmeckt den Salat nochmal sorgfältig ab.
 4. Richtet den Salat dann als kleines Türmchen auf dem Teller an und streut noch ein wenig Parmesan und ein paar Granatapfelkerne darüber.
-