

Rotkohl- Romanasalat

mit Orangenvinaigrette



ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN:

- ½ Rotkohl
- 1 Romana-Salatherz
- 2 Orangen
- 1 Vanilleschote
- 3 EL Olivenöl
- 2 EL Honig
- 2 EL Essig
- Salz
- Frisch gemahlener Pfeffer
- 4 EL Walnusskerne
- ½ Granatapfel

ZUBEREITUNG:

1. Die Walnusskerne in einer Pfanne ohne zusätzliches Fett rösten und zum Abkühlen beiseitestellen.
2. Für die Vinaigrette die Orangen heiß abwaschen und den Saft und Abrieb einer Orange mit Essig, Olivenöl, Honig, Salz und Pfeffer in ein Glas geben.
3. Das Mark der Vanilleschote auskratzen, dazugeben, mit dem Deckel verschließen und kräftig schütteln, bis sich alle Komponenten verbunden haben.
4. Anschließend die übrige Orange mit dem Messer von der Schale befreien und die Filets herausschneiden.
5. Bei Rotkohl und Romana-Salatherz jeweils den Strunk entfernen und beides in dünne Streifen schneiden und vermischen.
6. Das Dressing, Orangenfilets und geröstete Walnusskerne über den Salat geben und alles mit frischen Granatapfelkernen bestreuen.