AUFWAND	KOCHDAUER	SAISON	HERKUNFT
klein	30 Min.	ganzjährig	Europa

KALETTES-SALAT MIT ZATAR



Rezept und Foto: compactcook.com

KURZ VORGESTELLT

Die Grünsprossen, oder aus dem Englischen „Kale" abgeleitet Kalettes, sind eine neue Kreuzung von Rosenkohl und Federkohl. Sie können kalt und warm gegessen werden.

ZUTATEN (4 PERSONEN)

400 g	Kalettes	3 EL	Olivenöl
2	Zitrone, Abrieb und Saft	50 g	Pinienkernen, geröstete
1 EL	Zatar		Salz, Pfeffer aus der Mühle

ZUBEREITUNG

1. Die Kalettes waschen und nur die Wurzel wenig anschneiden. So, dass die kleinen, feinen Röschen ganz bleiben.
2. Anschliessend Salat trocken schleudern. In eine Schüssel geben, Zitronenschale und -saft, Zatar und Olivenöl beifügen, mit Salz und Pfeffer würzen und gut vermischen. Pininienkerne dazugeben und erneut mischen.
3. Wenn möglich den Salat 15 Min. ziehen lassen und anschliessend anrichten.

TIPP: Salat mit Rosenkohl zubereiten.