



# Rezept-Idee

© J. WECK GmbH u. Co. KG

## TIPP

Dieses Rezept und viele weitere Rezeptideen finden Sie im Ratgeber Frau und Familie.



# Krautsalat



## Krautsalat

Rezept für 6 WECK-Sturzgläser à 290 ml

### ZUTATEN FÜR DEN SALAT:

½ Kopf Weißkohl, etwa 500 g, 1 Prise Salz,  
1 Gurke, 2 Zwiebeln, 250 g Tomaten,  
1 Paprika, 1 Möhre

### FÜR DAS DRESSING:

250 ml Weißweinessig, 250 ml Wasser,  
3 EL Zucker, 1 EL Einmachgewürz  
(z. B. Senfkörner, Dillkörner, Koriander,  
Lorbeer, Kümmel, Wacholderbeeren etc.),  
Salz, Pfeffer, 2 EL Rapsöl (nicht, wenn  
der Salat eingekocht wird!)

Den Kohl putzen, vierteln, Strunk entfernen,  
fein hobeln, salzen und mürbe drücken.

Die Gurke waschen und fein hobeln. Die  
Zwiebeln schälen und fein hacken. Tomaten  
und Paprika waschen, putzen und in kleine  
Stücke schneiden. Die Möhre schälen und  
grob in Stifte raspeln. Alles mischen und  
über Nacht ziehen lassen.

Am nächsten Tag den Saft abgießen. Für das  
Dressing Essig, Wasser, Zucker sowie Gewürze  
mischen, kurz aufkochen und über den Salat  
geben.

Vor dem Servieren nochmals ziehen lassen  
und Öl unterheben.

### EINKOCH-TIPP

Den Salat (ohne Öl) in vorbereitete Gläser füllen,  
fest andrücken, ggf. weiteren Essigsud darüber gießen,  
mit Einkochring, Glasdeckel und Einweck-Klammern  
verschließen. Im 100°C heißen Wasserbad 1 Stunde  
einkochen.