



# Rosenkohl - Kokos - Curry

## Das ist drin:

### Salat:

- 4 Frühlingszwiebeln
- 3 Stangen Sellerie ohne Schale
- 1 Handvoll Zuckerschoten
- 700 g Rosenkohl
- 1 Mandarine
- 1 Handvoll Rosinen
- 1 Handvoll gehackte Walnüsse

### Dressing:

- 1 kleine Avocado
- 1 Orange
- 4 EL Kokosmus
- 1 EL Algenöl (alt. Olivenöl)
- 1 TL Kala Namak
- 1 EL flüssige Süße nach Wahl
- 1 EL Miso hell (alt. Sojasauce)

## So gehts:

Den Rosenkohl putzen und in kleine Streifen schneiden  
Staudensellerie etwas entfädeln und in dünne Scheiben schneiden  
Zuckerschoten je nach Größe halbieren oder dritteln  
Frühlingszwiebeln mit Grün in Scheibchen schneiden  
Mandarine schälen, die Stücke lösen und halbieren  
Alle Zutaten für den Salat in einer großen Schüssel mischen  
Die Zutaten für das Dressing fein-cremig pürieren

Über den Salat geben und gut vermischen

## Tipp:

Der Salat ist auch so schon gut, aber fantastisch wird er, wenn man ihn über Nacht im Kühlschrank durchziehen lässt!  
Dazu passt ein ganz simpler Feldsalat mit ein paar gehackten Walnüssen und einem ganz leichten Zitronendressing.