



Rezept Chinakohlsalat mit Mandarinen und gerösteten Sonnenblumenkerne

Zutaten

1 Kopf Chinakohl
2 Mandarinen
1 Esslöffel Sonnenblumenkerne
Saft von 1 Zitrone
1 Prise Zucker
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Chinakohl waschen und die äußeren Blätter entfernen und in grobe Streifen schneiden
mit Zitronensaft, Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken
Mandarinen schälen und filetieren und unter den Chinakohl heben
Sonnenblumenkerne auf einer Pfanne kurz anrösten, abkühlen lassen und über den fertigen Salat geben

