

## Chinakohl-Salat für 4 Personen



1 Chinakohl

halbieren und in feine Streifen schneiden.  
Den Strunk nicht verwenden.

150 g Walnüsse  
450g Orangen  
450g Äpfel

knacken und ohne Öl in eine Pfanne rösten und grob hacken.  
pressen.  
schälen und in Würfel schneiden, dann mit ein wenig von dem  
Orangensaft vermengen.  
Aus restlichen Orangensaft,

8 El. Rapsöl,  
2 El. Apfelessig  
1 Tl. Honig

und  
eine Marinade rühren.  
Mit

Kräutersalz,  
Pfeffer  
Zucker

und  
abschmecken.

Petersilie

Die Äpfel mit der Marinade und der grob gehackten  
bestreuen.

Kurz vor dem Anrichten das Dressing drüber gießen.