

# Bulgarischer Chinakohl-Salat

- für 4 Personen -

## Zutaten:

1 kleiner Chinakohl (300 g)  
1/3 Radiccio (50 g)  
50 g Schafskäse, 45 % F.i.T.  
2 EL kalt gepresstes Rapsöl  
1 EL weißer Balsamico  
je 3 EL saure Sahne und Joghurt, 1,5 % Fett  
1 EL Cranberries, getrocknet  
Salz, Cayennepfeffer, Schnittlauch, Basilikum

## Zubereitung:

Chinakohl und Radiccio putzen und in feine Streifen schneiden · aus Rapsöl, Balsamico, saurer Sahne, Schnittlauchröllchen und Joghurt eine Marinade rühren und mit Cayennepfeffer und Salz abschmecken · Salat marinieren und mit Basilikum, gehackten Cranberries und geriebenem Schafskäse servieren

## Nährwertangaben:

1 Port. = 101 kcal, 1,4 g Ball., 9 mg tier. Chol.  
¼ KHE