



2A

Rotkohl-Salat mit Mandarine



Zubereitungszeit
25 minuten



Portionen
Voor 1 persoon

Zubereitungsart

- 1 Das Dressing herstellen, indem Olivenöl, (Apfel-)Essig, Knoblauch und Ingwerpulver miteinander vermengt werden. Das Dressing unter den Rotkohl und die Mandarine rühren und den Salat mindestens 15 Minuten im Kühlschrank marinieren lassen.

Zutaten

- ☐ 200 g Rotkohl, geschnitten
- ☐ 1 Mandarine in Spalten
- ☐ 1 EL Olivenöl
- ☐ ½ EL (Apfel-)Essig
- ☐ ½ Knoblauchzehe
- ☐ Prise Ingwerpulver

Nährwerte pro Person

Energie	175 kcal
Kohlenhydrate	12 g
Fett	10 g
Eiweiß	4 g