

Thailändischer Kohlrabisalat

🕒 ca. 20 Minuten III leicht



Bild: Ariane Bille für BVEO

Zubereitung

Bohnen putzen und etwa 6 Min. dünsten, bis sie gar sind und noch Biss haben. Anschließend in kaltem Wasser abschrecken und in längliche Streifen schneiden.

Für die Sauce Limetten auspressen. Knoblauch schälen und zum Limettensaft pressen. Chili putzen, hacken und zum Limettensaft geben. Fischsauce, Zucker und Sesam dazugeben und alles verrühren.

Kohlrabi schälen und in sehr feine Stifte schneiden. Die zarten Kohlrabi-Blätter waschen, trocken schütteln und in Streifen schneiden. Radieschen putzen und in feine Scheiben schneiden. Tomaten putzen und halbieren. Alles zusammen mit Fleur de Sel und Bohnen in eine Schüssel geben, mit der Sauce vermengen und 10 Min. ziehen lassen.

Frühlingszwiebeln putzen und in Ringe schneiden. Koriander waschen, trocken schütteln und Blättchen von den Stielen zupfen. Erdnüsse in einem Mörser zerstoßen.

Salat auf Teller verteilen, mit Koriander, Frühlingszwiebeln und Erdnüssen bestreuen und genießen.

Zutaten für 2 Personen:

Für den Salat:

- 1 Handvoll grüne Bohnen
- 550 g Kohlrabi mit Blattgrün
- 8 Radieschen
- 8 Datteltomaten
- 1 TL Fleur de Sel
- 2 Frühlingszwiebeln
- 4 Stiele Koriander
- 1 Handvoll geröstete Erdnüsse

Für die Sauce:

- 1 ½ Limetten
- 1 Knoblauchzehe
- ½ rote Chili
- 1 ½ EL Fischsauce
- 1 EL Rohrohrzucker
- 1 TL Sesam

Thailändischer Kohlrabisalat



© Ariane Bille für BVEO



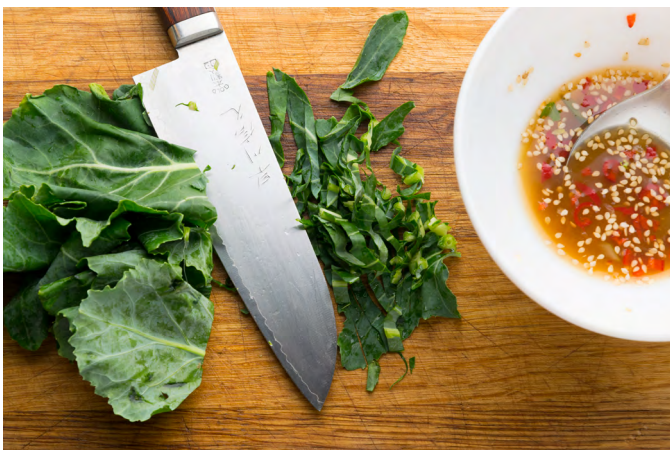
© Ariane Bille für BVEO



© Ariane Bille für BVEO



© Ariane Bille für BVEO



© Ariane Bille für BVEO



© Ariane Bille für BVEO

Bitte beachten Sie: Veröffentlichung nur mit Quellennachweis „BVEO“ oder „Pressebüro Deutsches Obst und Gemüse“ an Bild und Text. Die angehängten Daten dürfen nur für Zwecke der Information über Obst und Gemüse verwendet werden. Eine Weitergabe an Dritte sowie die Veränderung des Datenmaterials ist nicht gestattet. Eine erneute Verwendung zu einem anderen Zeitpunkt oder Zweck bedarf einer erneuten Genehmigung durch das Pressebüro Obst und Gemüse. Wir freuen uns über ein Belegexemplar oder eine kurze E-Mail, wenn Sie unser Material nutzen.