



Esst und trinkt, aber seid nicht maßlos! (Araf 31)
Banu Atabay's Mutevazi Lezzetler® Kochrezepte

Schwarzkohlsalat

Kara Lahana Salatasi



1 Bund Schwarzkohl
½ Glas gekochte Mais
4 rote Paprika
4 Knoblauchzehen
3 EL Olivenöl
1 EL Essig
1 TL Salz

- # Schwarzkohl (wenn nicht vorhanden, dann Mangold) kochen und abtropfen lassen.
- # Rote Paprika (wenn nicht vorhanden, dann Spitzpaprika) rösten. Das rösten kann auch in einem Toaster erfolgen.
- # Schwarzkohl fingerbreit schneiden.
- # Die Kerne der Paprika entfernen und ebenfalls fingerbreit hacken.
- # In eine tiefe Schale Schwarzkohl, Paprika, zerstampfte Knoblauch, Essig und Salz geben und gut zusammenmischen.
- # In einen Servierteller geben. Wenn dieser Salat im Kühlschrank stehen gelassen wird erhöht sich der Geschmack.

Tipp: Schwarzkohlsalat ist in der Schwarzmeerregion beheimatet.