

# REZEPT DER WOCHE

KW 24 08.06. – 14.06.2026

## Spitzkohlsalat Coleslaw (Für 4 Personen)



### Das brauchen Sie:

1 kg	<a href="#">Spitzkohl</a>	(Art.Nr. 706)
400 g	<a href="#">Möhren</a>	(Art.Nr. 300)
100 g	<a href="#">Lauch</a>	(Art.Nr. 406)
50 ml	Wasser	
1 Bund	<a href="#">Petersilie glatt</a>	(Art.Nr. 451)
120 g	<a href="#">Cashewkerne</a>	(Art.Nr. 5057)
2 TL	<a href="#">Mittelscharfer Senf</a>	(Art.Nr. 8697)
2 EL	<a href="#">Limettensaft</a>	(Art.Nr. 1765)
1 TL	<a href="#">weißer Balsamico-Essig</a>	(Art.Nr. 8114)
100 ml	<a href="#">Rapsöl</a>	(Art.Nr. 8756)
100 ml	<a href="#">Reisdrink</a>	(Art.Nr. 14364)
3-4 TL	<a href="#">Zitronensaft</a>	(Art.Nr. 1760)
1 Msp.	<a href="#">Kurkuma</a>	(Art.Nr. 8366)
1 Msp.	<a href="#">Cayennepfeffer</a>	(Art.Nr. 8570)
75 g	<a href="#">Erdnüsse</a>	(Art.Nr. 5528)
	Salz und Pfeffer	

### Und so geht's:

Spitzkohl putzen, vierteln, waschen, Strunk entfernen und in sehr feine Streifen schneiden. Möhren schälen und grob raspeln. Lauch putzen, waschen und in feine Ringe schneiden. Petersilie kalt abbrausen, trockenschütteln, Blätter abzupfen und fein hacken. Spitzkohl, Möhren, Lauch und Petersilie in einer großen Schüssel mischen und mit den Händen durchkneten, bis Saft austritt.

In der Zwischenzeit Cashewkerne, 1 TL Senf, Limettensaft, Balsamico-Essig, Rapsöl und Reisdrink in ein hohes Gefäß geben, mit dem Pürierstab fein pürieren, bis eine cremige, mayonnaiseähnliche Konsistenz entsteht. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für das Dressing die Cashew-Mayonnaise mit 1 TL Senf, Zitronensaft, Kurkuma und Cayennepfeffer vermischen und unter den Salat heben. Ca. 30 Minuten ziehen lassen und mit Erdnüssen bestreut servieren.

**Wir wünschen Ihnen gutes Gelingen!**

**DECKERS**BIOKISTE

Am Bollgraben 11  
76534 Baden-Baden

Telefon 07223 8062230  
E-Mail [info@deckersbiokiste.de](mailto:info@deckersbiokiste.de)