



Wintersalat mit Sauerkraut und Granatapfel

Zutaten

- 1 kg Weinsauerkraut
- 1 TL Maggi Gartengemüse Bouillon (im Glas)
- 2 EL Ahornsirup
- 50 ml Olivenöl
- 0,5 TL Nelken, gemahlen
- 75 g Frühstücksspeck
- 50 g Mandelblättchen
- 0,5 Bund glatte Petersilie
- 75 g Granatäpfel
- etwas Pfeffer

Zubereitung

1. Weinsauerkraut auf ein Sieb geben und gut abtropfen lassen (evtl. mit einer Gabel gut ausdrücken), dabei die Flüssigkeit auffangen.
2. Für die Salatsauce: Von dem Saft 250 ml abmessen und mit MAGGI Gartengemüse Bouillon, Ahornsirup und Olivenöl verrühren. Mit Pfeffer und Nelken abschmecken. Sauerkraut mit der Salatsauce mischen und 30 Min. ziehen lassen.
3. Frühstücksspeck in Streifen schneiden. In einer Pfanne ohne Fett Mandelblättchen goldbraun rösten und herausnehmen. In der Pfanne die Speckstreifen knusprig anbraten.
4. Petersilie waschen, trocken schütteln, Blättchen von den Stielen zupfen und fein hacken.
5. Von dem Granatapfel die Kerne herauslösen. Die Kerne zusammen mit dem Speck und der Petersilie unter den Salat mischen. Salat auf Tellern verteilen und mit den gehackten Mandeln betreut servieren.

Nährwert-Anzeige

Kohlenhydrate	7 g
Energie	168 kcal
Fett	13 g
Protein	5 g

🕒 30 Minuten

⊕ 8 Portionen