# Amerikanischer Krautsalat

**Autor des Rezepts:** Silke Buddensieck

**Rezept für 6 Personen**

## Zutaten

Keine Beschreibung vorhanden

## Zubereitungsanweisung

Äußere kohlblätter entfernen, Kohl abspülen, vierteln und kleinschneiden . Möhren und Apfel schälen und raspeln. Zwiebel abpellen und würfeln. Den Kohl etwas stampfen (das macht ihn weicher) und alles Gemüse hinzugeben.

Für die Soße saure Sahne mit allen anderen Zutaten vermischen, auf das Kraut geben und 4 Stunden kalt stellen. Evtl nochmal abschmecken und Rosinen u Haselnüsse unterheben.

Guten Appetit!

## Anmerkungen

Keine Beschreibung vorhanden

| | | | |
|---|---|---|---|
| **Zubereitungszeit** | 25 Min | **Schwierigkeitsgrad** | ganz einfach |
| **Portionen** | sechs Portionen | **Sonstige Menge** | |
| **Land/Region** | Deutschland | **Kosten pro Portion** | |
| **Vegetarisches Gericht** | Ja | **Laktose frei** | Nein |
| **Diabetisch** | Ja | **Gluten frei** | Ja |
| **Kilo-Kalorien** | kcal.arm | **Kilojoule** | |
| **Fettgehalt** | | **Broteinheiten** | |
| **Eiweiß** | | **Kohlehydrate** | |