



ROTKOHL-ORANGEN-SALAT MIT CELLAGON OMEGA-3 ALGENÖL ORANGEN DRESSING



Eine Bio-Orange waschen und etwas Schale abreiben, eine Hälfte auspressen und die andere Hälfte für den Salat weglegen. Alle Zutaten für das Dressing in eine Schüssel geben und verrühren.



Rotkohl in feine Streifen schneiden. Die restlichen Orangen filetieren. Getrocknete Tomaten abtropfen lassen und klein schneiden. Die Walnusshälften grob hacken und kurz in einer Pfanne ohne Öl rösten.



Rotkohl, Orangenstücke, getrocknete Tomaten und Walnüsse vermengen, dann mit dem Dressing vermischen und mindestens 30 Minuten durchziehen lassen.



Den Fetakäse zerbröseln und den fertigen Salat damit bestreuen.

ZUTATEN

für 2-3 Portionen

Dressing:

- ½ Bio-Orange (den Saft)
- 1 EL Cellagon Omega-3 Algenöl Orange
- 1 TL Apfelessig
- ½ Bd frische Petersilie
- ½ TL flüssigen Honig
- 1-2 TL Zucker
- etwas Orangenschalenabrieb, Salz, Pfeffer, gem. Chili

Salat:

- 1 kleiner Rotkohl (ca. 400 g)
- 1 ½ Bio-Orangen
- 4-5 getrocknete Tomaten in Öl
- 10 halbe Walnüsse
- 100 g Fetakäse

GUTEN APPETIT!

Passt perfekt dazu:
Cellagon Omega-3
Algenöl Orange

