

# ROTKRAUT-SALAT MIT SALZIGEM GRANOLA

---

## Zutaten

- 2 EL Walnüsse
- 40 g Haferflocken
- 2 EL Kürbiskerne
- 2 EL [Sonnenblumenkerne](#)
- 1 TL Salz
- 1/2 TL [Cayennepfeffer](#)
- 1/2 TL [Kurkuma](#)
- 1/2 TL [Curry Kashmir](#)
- 1 Orange (Saft)
- 1 EL Honig
- 1 vorgekochter Maiskolben
- 3 EL Olivenöl
- 3 EL weisser Essig
- 1 EL grobkörniger [Senf](#)
- [Salz](#) und [Pfeffer](#)
- 1/2 Rotkohl
- 1 Karotte
- 40 g Grünkohl (Kale)
- 1 Vacherin Mont-d'Or AOP

Walnüsse grob hacken, mit Haferflocken, Kürbiskernen, Sonnenblumenkernen, Salz, Cayennepfeffer, Kurkuma, Curry, Orangensaft und Honig in einer grossen Schüssel mischen. Die Masse auf ein mit Backpapier belegtes Backblech geben. Im vorgeheizten Ofen bei 160°C 15 bis 20 Minuten backen. Herausnehmen und auskühlen lassen. Maiskolben mit einem Messer von oben nach unten abschneiden, in Öl anbraten. Öl, Essig und Senf mischen, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Rotkohl und Karotte fein schneiden, mit den Maiskörnern und der Salatsauce mischen. Salat auf vier Teller verteilen. Grünkohl in mundgerechte Stücke zupfen, gut waschen und mit den Händen leicht kneten. Auf dem Salat verteilen. Den Salat mit dem Vacherin Mont-d'Or AOP anrichten, das salzige Granola darüberstiegen und servieren.

*LaCucina*

TEE & GEWÜRZE  
BERN UND ZÜRICH | lacucina.ch

