

LEICHTE KÜCHE FÜR DEN WOCHENSTART

## Kohlrabisalat mit Sonnenblumenkernen und Aprikosen

Ein Rezept von Carmen Schwartz, Gaststätte Balzer in Marburg.

### Zutaten:

- 2 Kohlrabi geschält
- 100 g Sonnenblumenkerne
- 5 Aprikosen
- 200 g Schmand
- 1 EL Apfelessig oder einen anderen Fruchtesig
- Salz, Pfeffer

### Zubereitung:

Die Sonnenblumenkerne ohne Fett in einer Pfanne leicht rösten. Dabei immer wieder in der Pfanne bewegen, da die Kerne leicht anbrennen. Anschließend beiseite stellen und auskühlen lassen.

Die geschälten Kohlrabi fein raspeln. Die Aprikosen vom Kern trennen und in feine Streifen schneiden. Den Schmand mit dem milden Essig, Salz und Pfeffer abschmecken.

Anschließend alle Zutaten, Kohlrabi, Sonnenblumenkerne und Aprikosen miteinander vermengen. Etwas ziehen lassen und genießen.