

Juli 2016

# Geraspelter Blumenkohlsalat mit Kichererbsen

Beilage zu Grilladen für 6-8 Personen, je nach Anzahl Gerichte und Serviergelegenheit

## VORBEREITUNGEN:

► 150g Kichererbsen am Vorabend einweichen, am Gebrauchstag im Wasser knapp weichkochen

## ZUTATEN:

|  |   |
|--|---|
| <b>1 kleines Kohlräbli, geschält</b>     | in sehr feine Stifte (wie Zündhölzer) schneiden   |
| <b>2 rote Zwiebeln</b>                   | in feine Streifen schneiden   |
| <b>2 Knoblauchzehen, gepresst</b>        | zufügen   |
| <b>2 EL Olivenöl</b>                     | in einer Bratpfanne erhitzen, danach das Gemüse darin ca. 3 Min. rührbraten, herausnehmen |
| <b>Salz, Pfeffer</b>                     |   |
| <b>1 Bund glatter Peterli, gehackt</b>   | dazu mischen  |
| <b>Gekochte Kichererbsen</b>             | daruntermischen   |
| <b>1 mittlerer Blumenkohl, gewaschen</b> | an einer groben Raffel zu den restlichen Zutaten raspeln und gut mischen                  |

## SAUCE:

|   |  |
|---|--|
| <b>60ml Orangensaft (1 kleine Orange)</b> |  |
| <b>2 EL weisser Balsamicoessig</b>        |  |
| <b>2 EL Weissweinessig</b>                |  |
| <b>1 EL Honig</b>                         |  |
| <b>5- 6 EL Olivenöl</b>                   |  |
| <b>Salz, Pfeffer, Cayenne oder Chili</b>  | zusammen gut mischen, danach mit den restlichen Zutaten vermengen und nach Möglichkeit etwas ziehen lassen |
| <b>Evtl. griechischer Joghurt</b>         | nach Belieben dazu servieren   |

## TIPP:

- Kichererbsen aus der Dose verwenden
- Der Salat schmeckt auch anderntags noch hervorragend
- auch Feta oder gebratener Halloumi passt dazu