



Krautschiffchen

Zutaten für 4 Portionen:

- 400 g STETTNER Sauerkraut, frisch oder pasteurisiert
- 2 kleine Zwiebeln
- 2 kleine Karotten
- 1 grüne Paprikaschote
- 1 säuerlicher Apfel
- 3 Tomaten
- 250 ml Buttermilch
- 4 bis 5 EL Tomatenketchup
- 6 EL frische Kräuter (Schnittlauch, Kerbel)
- 4 kleine Gurken
- Salatblätter zur Dekoration (z.B. Lollo Rossa, Chicorée, Escariol)

Tipp:

Wenn keine frischen Kräuter vorhanden sind – Tiefkühlkräuter bieten sich als sehr zeitsparende Alternative an.

Zubereitung:

Kartoffeln und Äpfel schälen, klein schneiden und in der Sauerkraut klein schneiden. Zwiebeln, Karotten, Paprikaschote, Apfel und die vorher gehäuteten Tomaten in kleine Würfel schneiden und zu dem Sauerkraut geben.

Aus Buttermilch, Ketchup und frischen gehackten Kräutern eine Marinade bereiten und unter den Salat heben. Etwa eine Stunde ziehen lassen.

Die Gurken schälen und halbieren, Kerne mit einem Löffel entfernen, auf Salatblätter setzen. Saukrautsalat in die Gurkenschiffchen füllen. Dazu passt frisches Brot.