

## **Milder Wintersalat**

4 Portionen

1 Chinakohl (ca. 500 g)  
4 Orangen, 40 g Rosinen  
2 Kiwi, 2 Tl. Kürbiskernöl  
2 Ei Schmand  
Salz  
Pfeffer  
2 Bund Schnittlauch  
2 Ei ungeschälte Kürbiskerne

Salat waschen, in Streifen schneiden. 2 Orangen auspressen, die Rosinen im Saft einweichen. Die beiden anderen Orangen schälen, in Scheiben schneiden. Kiwis schälen und in Scheiben schneiden. Salat mit Orangen- und Kiwischeiben mischen.

Die Rosinen abtropfen lassen, den Saft auffangen und diesen mit Öl und Schmand verquirlen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Schnittlauch in Röllchen schneiden und unterheben.

Die Sauce unter den Salat mischen. Die Kürbiskerne in einer Pfanne ohne Fett anrösten. Salat mit Rosinen und Kürbiskernen bestreuen.

Den Salat portionsweise anrichten.