

Blumenkohlsalat aus rohem Blumenkohl:

1 Blumenkohl

1 Paprika

1 Bund Petersilie

Lauchzwiebeln

Senf, Öl, Essig, Honig, eventl. Bockshornklee

Den Blumenkohl in ganz kleine Röschen zerrupfen. Die Paprikaschoten entkernen und in kleine Würfel schneiden. Die Petersilie in kleine Blättchen zupfen und zugeben, ebenso die Röllchen vom Lauchzwiebelgrün.

Aus den restlichen Zutaten eine Salatmarinade bereiten und über den Salat geben. Eine Stunde durchziehen lassen. (Wichtig ist das durchziehen lassen!)