

## Amerikanischer Kohlsalat

TM 31 (TM 21)

10 Portionen

### Zutaten

- 1 Banane (100 g), in Stücken
- 120 g Buttermilch
- 120 g Apfelsaft
- 30 g Zitronensaft
- 2 TL Salz
- ¼ TL Pfeffer
- 1 Weißkohl (1000 g), ohne Strunk, in Stücken
- 150 g Möhren, in Stücken
- 1 Apfel, geviertelt
- 30 g Erdnüsse, geröstet, gesalzen
- 30 g Rosinen
- 30 g Sonnenblumenkerne

### Zubereitung

1. Banane, Buttermilch, Apfelsaft, Zitronensaft, Salz und Pfeffer in den Mixtopf geben, **10 Sek./Stufe 8 (10 Sek./Stufe 7)** pürieren und in eine große Schüssel umfüllen.
2. 400 g Weißkohl in den Mixtopf geben, **4 Sek./Stufe 4,5 (6 Sek./Stufe 3,5)** zerkleinern und zum Dressing in die Schüssel geben. Vorgang mit weiteren 400 g Weißkohl wiederholen.
3. Übrigen Weißkohl, Möhren und Apfel in den Mixtopf geben, **5 Sek./Stufe 4,5 (7 Sek./Stufe 3,5)** zerkleinern und ebenfalls in die Schüssel geben.
4. Erdnüsse, Rosinen und Sonnenblumenkerne zum Salat in die Schüssel geben, vermischen, mindestens 2 - 3 Stunden ziehen lassen und mit Salz und Zitronensaft abschmecken.

### Tipp

Den Kohlsalat am Besten über Nacht ziehen lassen.