



## JAPANISCHER WIRSINGSALAT MIT PFLAUME, ALGEN UND SESAM

( Salate & Bowls )

Der winterlich knackige Salat mit den Sushi-Aromen.

### Rezept für: 4 Portionen

Zubereitungszeit: 20 Minuten

### Zutaten

#### Salat

- 1/2 Wirsing (ca. 450g, geschnitten)
- 5 Stück Pflaumen
- 2 EL Reisessig
- 2 EL Tamari o. helle Sojasauce
- 2 EL Agavendicksaft
- 4 EL Pflanzenöl
- Saft 1 Zitrone
- 3 EL weißer Sesam
- 200g Algensalat, TK
- 70g eingelegter Sushi-Ingwer
- 3 EL weißer Sesam

### Anleitung

1. Den Wirsing vom Strunk befreien und in feine Streifen schneiden. Die Pflaumen entkernen und in mundgerechte Stücke schneiden. Den Sesam in einer Pfanne ohne Fett kurz anrösten.
2. Anschließend alle Zutaten in einer großen Schüssel ordentlich miteinander vermischen.

### TIPP

- Den Algensalat eventuell vorher nochmal kurz mit kaltem Wasser abspülen.
- Anstelle des eingelegten Ingwers könnt Ihr natürlich auch frischen Ingwer benutzen. Vorsicht! Fischer Ingwer ist schärfer, als der eingelegte.
- Wenn ihr keine Algen bekommt, könnt Ihr auch fein geschnittene Noriblätter in den Salat geben.