



**BioGourmet**

Zutaten für 2 Personen

Für den Salat

1 Zweig Rosmarin  
1 kleiner Kopf Rotkohl, in dünne  
Spalten geschnitten  
3 EL Koronias Olivenöl von  
BioGourmet  
75 g roter Camarguereis von  
BioGourmet  
1 kleiner Bund Dill, grob gehackt  
1 kleiner Bund Minze, die Blättchen  
abgezupft  
1 kleiner Bund Petersilie, grob  
gehackt  
Salz, Pfeffer

Für das Dressing

4 Zweige Rosmarin (je 5 cm lang)  
2 EL Koronias Olivenöl von  
BioGourmet  
2 EL Tahin  
2 TL Granatapfelsirup  
Meersalz

## Salat mit Camarguereis und gebackenem Rotkohl

Ein prächtiges Spiel von Farbe und Konsistenzen bietet dieser Salat mit rotem Camarguereis und knusprig gebackenem Rotkohl. Abgerundet wird das Gericht durch ein Dressing aus Tahin, gutem Olivenöl und vielen frischen Kräutern.

### Zubereitung

Den Backofen auf 200 °C vorheizen. Den Rosmarin für das Dressing in 1 EL Olivenöl schwenken und auf einem Backblech verteilen. Im vorgeheizten Ofen 5 Min. rösten, bis die Nadeln kross sind. Aus dem Ofen nehmen, die Nadeln von den Zweigen streifen und dann zusammen mit ½ TL Salz im Mörser zerstoßen.

Den Rosmarin für den Rotkohl auf das Backblech legen und die Rotkohlspalten darauf verteilen. Das Olivenöl darüberträufeln und großzügig mit Salz und Pfeffer würzen. Im vorgeheizten Ofen 40 Min. backen, bis die Spalten innen zart sind, wenn man mit dem Messer hineinsticht, und die

Blätter außen schön gebräunt. Während der Rotkohl im Ofen ist, den Reis nach Packungsanweisung garen und das Dressing zubereiten. Dafür die gerösteten Rosmarinnadeln mit Tahini und Granatapfelsirup mischen. Das restliche Olivenöl zufügen und mit ein wenig Wasser verdünnen. Abschließend zwei Drittel der Kräuter und Granatapfelkerne unter den Reis mischen und ihn auf 4 Teller verteilen. Den gebackenen Rotkohl darauf arrangieren und das Dressing darüberträufeln. Mit den restlichen Kräutern und Granatapfelkernen bestreuen und warm servieren.

**Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Nachkochen!**

Weitere Rezeptideen finden Sie auf [www.bio-gourmet.com/rezepte](http://www.bio-gourmet.com/rezepte)