



## Rezept

# Orientalischer Rüebli Salat

Rüebli mit orientalischer Note.

**20 Min**

Aktive Zeit



**40 Min**

Gesamtzeit



## Zutatenliste für 4 Personen

---

### MENGENANGABEN

- 1 kg **Bundrüebli**, etwas vom Kraut beiseite gestellt **Saison**
- 1 TL **Fenchelsamen**
- 1 TL **Kreuzkümmelsamen**
- 1 TL **Sesam**
- 80 g **Datteln**, entsteint, in Streifen
- 1 **Orange**, in Würfeln
- 1 EL **Petersilie**, fein gehackt
- 4 EL **Olivenöl**
- 1 **Zitrone**, Schale abgerieben, Saft ausgepresst
- Salz, Pfeffer**

## Und so wird's gemacht

### 1 von 1

**ZUBEREITEN** Rüebli in siedendem Salzwasser 15–20 Minuten weichkochen, herausnehmen, ausdampfen lassen. Fenchelsamen, Kreuzkümmel und Sesam ohne Fettstoff in einer Pfanne anrösten. Zusammen mit Datteln, Orange, Petersilie, Öl, Zitronenschale und -saft in eine Schüssel geben. Rüebli, dazugeben, mischen, würzen. Beiseite gestelltes Rüeblikraut grob schneiden, Rüeblisalat damit garnieren.