

# Sauerkraut Rohkost

Rezept für 2 Portionen  
Dauer: ca. 10 Minuten

## Zutaten:

Zutat	Menge
Sauerkraut	500 g
Salatgurken	1 Stk.
Äpfel / Apfel	1 Stk.
Sesam	1 Esslöffel
Dill	1 Esslöffel
Leinöl	5 Esslöffel

## Zubereitung:

Rohes Sauerkraut klein schneiden, Apfel und Gurke würfeln. Mit Leinöl und Dill vermischen und mit geröstetem Sesam bestreuen.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1311-Sauerkraut-Rohkost.html>  
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf [www.koch-idee.at](http://www.koch-idee.at)