

KARIBISCHER TOMATEN-KOHL-SALAT



Für 1 Person

Vorbereitungszeit

5 Minuten

Kochzeit

2 Minuten aktiv, 30 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. -.70

Nährwert pro Rezept

123 Kcal, 10 g Fett, 4 g KH

Zutaten

120 g Weisskohl, feine Steifen

30 g Tomaten, Scheiben halbieren

10 g Ananas, würfeln

1 g Sonnenblumenöl

5 g Limettensaft oder Essig

2 g Salz

2 g RedLine Karibik Curry

RedLine Scharfmacher

1

alles vermischen

Scharfmacher für die gewünschte Schärfe