



## Kohlrabi-Carpaccio mit Walnüssen

Vorspeise für 4 Personen  
Vegan  
15 Minuten Zubereitungszeit  
Kohlrabi-Saison: Mai bis Oktober

### Zutaten:

- 600 g Kohlrabi, ca. 2 – 3 Stück
- 5 EL Rapsöl, ca. 75 ml
- 3 EL Weißweinessig
- 20 g Petersilie, gehackt, ca. 8 EL
- 1 TL Meerrettich
- 1 TL Agavendicksaft
- Kräutersalz, Pfeffer
- 20 g Gehackte Walnüsse

### Zubereitung:

Die Kohlrabi schälen, waschen und in dünne Scheiben schneiden. Geht mit der Brotmaschine ganz gut.

Für die Sauce die übrigen Zutaten – bis auf die Nüsse – verrühren.

Kohlrabi-Scheiben auf Tellern oder Platten anrichten, mit der Sauce beträufeln und den gehackten Walnüssen garniert servieren.

### Tipp:

Bestreuen Sie je nach Wunsch das Carpaccio mit Sonnenblumenkernen oder Kürbiskernen.

Verwenden Sie statt Petersilie auch andere Kräuter, z. B. Dill, Schnittlauch oder ein Gemisch aus verschiedenen Kräutern.

Das Carpaccio ist gut geeignet für ein Bufett. Hierzu die Scheiben in eine Auflaufform legen und mit der Sauce und den Nüssen anrichten.

### Varianten:

Dieses Carpaccio können Sie auch gut mit Möhren, Radieschen, Zucchini, Fenchel oder Rettich zubereiten.

Für den Ernährungsrat im Rhein-Kreis Neuss:  
*Ulla Tenberge-Weber und Uschi Pnitzko*

Juni 2020