Italienischer Chinakohlsalat mit Oliven, Dörrtomaten, Mozzarella und Pesto

Chinakohl ist feiner und milder als Weisskohl, trotzdem oder gerade deswegen passen kräftige Zutaten wie schwarze Oliven und eingelegte Tomaten zu diesem zarten Kohlgemüse. Ergänzt mit Mozzarella und an einer würzigen Sauce mit Basilikumpesto taugt der Salat als Vorspeise und passt ebenso gut als Beilage zu Gegrilltem oder Gratins. Oder als kleine Hauptspeise, mit einem guten Stück Brot.

Zutaten (3 Beilagen)

1/2	Chinakohl, ca. 350g
ca. 15	schwarze Oliven
4-5	eingelegte Tomaten
1Tl	Basilikumpesto
1	Knoblauchzehe
3El	Olivenöl
2El	weisser Balsamico
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Chinakohl zu Vierteln schneiden, den Strunk und dicke Kielteile grosszügig wegschneiden. Blattwerk zu 2mm breiten Streifen schneiden und von Hand kneten bis der Salat weicher wird.

Olivenöl, Balsamico in eine Schüssel geben, Pesto zugeben und die Knoblachzehe dazupressen. Mit Salz und Pfeffer würzen und vermischen. Chinakohl zugeben und vermischen.

Oliven und Tomaten zu kleinen Stückchen schneiden und unter den Salat mischen. Salat eine halbe Stunde ziehen lassen und nochmals vermischen.

Mozzarella zu kleinen Würfeln schneiden, kurz vor dem Anrichten unter den Salat mischen. Anrichten und mit ein paar Stückchen Tomate, Oliven und Mozzarella dekorieren.

Chinakohl geknetet