

Chinakohlsalat mit Thunfisch



500 g Chinakohl	putzen, der Länge nach halbieren, den Strunk entfernen und die Blätter quer in Streifen schneiden, waschen und trocken schleudern.
1 Salatgurke	längs halbieren, die Kerne mit einem Löffel herauskratzen und in feine Scheiben schneiden.
1 rote Zwiebel	fein würfeln.
1 Glas Zuckermais	im Sieb abgießen, kalt abbrausen und abtropfen lassen.
Für das Dressing:	
300 g Naturjoghurt	mit
2 El. Zitronensaft,	
Dill gerebelt	und
Salz & Pfeffer	verrühren und abschmecken. Chinakohl, Gurke und Zwiebel in eine Schüssel geben, das Dressing darüber verteilen und alles gründlich vermengen.
1 Dose Thunfisch	abtropfen lassen, mit der Gabel auseinanderzupfen. Dann unter den Salat mischen. Ca. 30 Min. im Kühlschrank ziehen lassen.