

# Λαχανοσαλάτα με τριμμένη ντομάτα



Μία συνταγή με 2 λαχανικά που δε είναι της ίδιας εποχής. Το λάχανο όμως ακόμα και το καλοκαίρι είναι ένα οικονομικό σαλατικό. Αν έχεις βαρεθεί την χωριάτικη, αυτή η σαλάτα μπορεί να σου προσφέρει μία ευχάριστη εναλλαγή που προσφέρει την απαραίτητη διατροφική ποικιλία. Η τριμμένη ντομάτα είναι μία εξαιρετική ιδέα για ελαφρύ dressing που κάνει την σαλάτα ζεισρή και νόστιμη. Τον χειμώνα μπορείς να παραλήψεις την ντομάτα και να φτιάξεις την λαχανοσαλάτα μόνο με λαδόξιδο. Υπέροχη σαλάτα!

- 1 μπολ άσπρο λάχανο κομμένο σε λεπτές λωρίδες
- 1 μπολ κόκκινο λάχανο κομμένο σε λεπτές λωρίδες
- ½ πιπεριά κέρατο κομμένο σε ροδέλες
- ½ κρεμμύδι κομμένο σε λεπτές φέτες
- 2 κουταλιές ψιλοκομμένο άνηθο
- 1 μεγάλη ντομάτα
- ½ κουταλάκι αποξηραμένο εστραγκόν
- ? κουταλάκι αλάτι
- ? κουταλάκι πιπέρι
- 2 κουταλιές ελαιόλαδο
- 1 κουταλάκια ξίδι βαλσάμικο

Κόβεις τα λάχανο, πιπεριά, κρεμμύδι και άνηθο και τα τοποθετείς σε μπολ σαλάτας. Κόβεις την ντομάτα οριζόντια στη μέση και αφαιρείς τα σποράκια. Τρίβεις την σάρκα της με τρίφτη και μαζεύεις την σάλτσα σε ένα μπολ. Προσθέτεις στην τριμμένη ντομάτα το αλάτι, το πιπέρι, το λάδι, το ξίδι και το εστραγκόν. Ανακατεύεις καλά και περιχύνεις την σαλάτα. Μπορείς να ανακατέψεις και να αφήσεις 20 λεπτά για να μαλακώσει το λάχανο προτού την απολαύσεις.

Αν θες συμβουλές για τέλειες υγιεινές σαλάτες και συνταγές Σαλάτας για κάθε γούστο μπες στο [salata.gr](http://salata.gr)