

Irmgards Bauernladen

Mit besten Grüßen von Mutter Natur

Frühlingsrezepte

Rote Beete Rohkostsalat

2 Rote Beeten
1 Stange Lauch
3 säuerliche Äpfel
200 ml Sahne
Senf
Honig
Salz und Pfeffer

Familie Bertrams

Am Birkenbusch 1
41352 Korschenbroich

Tel: 0 21 82 / 5 90 49
www.irmgards-bauernladen.de
info@irmgards-bauernladen.de

Zubereitung:

1. Rote Beeten schälen und grob raspeln
2. Lauch halbieren und in feine Streifen schneiden
3. Äpfel schälen und grob raspeln
4. Mit Sahne übergießen
5. Mit Gewürzen abschmecken