

Ein Rezept von

BÄRBEL KROGEL

LÖWENZAHN SALAT

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

- 1 Handvoll Löwenzahn (Blätter, Blüten, Stiel und Wurzeln)
- 3 Zweige Zitronenmelisse
- 2 TL Balsamicoessig oder Zitronensaft
- 1 TL Sonnenblumenöl
- ½ TL Honig
- 1 Prise Meersalz
- ½ Kohlrabi oder eine kleine Möhre

ZUBEREITUNG

Die Kräuter vorsichtig waschen, die Löwenzahnwurzeln säubern. Alles in feine Streifen schneiden. Aus Balsamicoessig, Sonnenblumenöl, Honig und Salz eine Salatsoße zubereiten. Mit den geschnittenen Kräutern vermischen und den geraspelten Kohlrabi leicht unterheben. Nach Bedarf kann der Salat auch mit etwas süßer Sahne abgeschmeckt werden. Sie mildert den bitteren Geschmack. Hübsch dekorieren lässt er sich mit Gänseblümchen, die ebenfalls verzehrbar sind. Der Salat schmeckt auch mit Apfel, Orange oder Fenchel.



STADT
WERKE
BURG



Ihr Jerichower Landwerk

6
Juni

Name					
1	Sa				
2	So				
3	Mo	23			
4	Di				
5	Mi				
6	Do				
7	Fr				
8	Sa				
9	So				
10	Mo	Pfingstmontag 24			
11	Di				
12	Mi				
13	Do				
14	Fr				
15	Sa				
16	So				
17	Mo	25			
18	Di				
19	Mi				
20	Do				
21	Fr				
22	Sa				
23	So				
24	Mo	26			
25	Di				
26	Mi				
27	Do				
28	Fr				
29	Sa				
30	So				