



Spitzkohlsalat mit Apfel

1 Spitzkohl

waschen, vierteln und den Strunk entfernen. In feine Streifen schneiden.

1 rote Paprika

waschen, halbieren, die Kerne entfernen und ebenfalls in feine Streifen schneiden.

6 mittelgroße saure Gurken

in dünne Scheiben schneiden.

1 großen Apfel

waschen, Kerngehäuse entfernen und würfeln. Das Gemüse und den Apfel in eine große Schüssel geben.

½ Bund Petersilie

waschen, trocken schütteln und fein hacken.
mit

3 EL Rapsöl

2 EL Balsamico,

1 TL Agavendicksaft,

Salz

und

Pfeffer

zu einem Dressing verrühren und abschmecken.
Das Dressing über den Salat geben und gut vermischen.

Biolandhof Agena/Dreyer GbR

Hagenpolder 1 26736 Krummhörn

04920 / 318

info@biolandhof-agena.de

www.biolandhof-agena.de