Rezept

Rohkostsalat mit Spitzkohl und Möhren

Zutaten für ca. 4 Portionen
Arbeitszeit: ca. 15 min

- 1 kleiner Spitzkohl
- 4-5 Möhren
- 3 EL Öl
- etwas Dill
- Salz und Pfeffer
- etwas Zucker
- 1 Schuss Essig

Den Spitzkohl waschen und in feine Streifen schneiden, die Möhren schälen und grob raspeln. Alles in einer großen Schüssel vermengen, Essig und Öl zugeben und mit Gewürzen nach Belieben abschmecken, Alles gut durchkneten und ziehen lassen.

Den Fitmacher genießen - Guten Appetit!

KW25_Rohkost_mit_Spitzkohl_und_Moehren.pdf