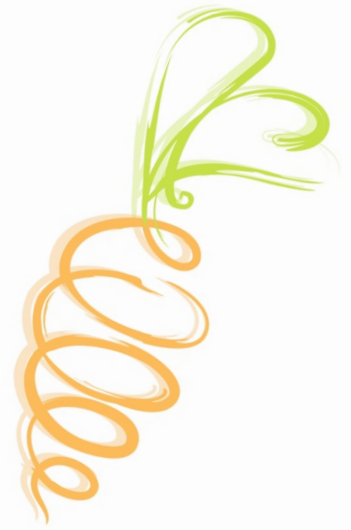


Rezept der Woche



Karottensalat

Einfache Beilage

ZUBEREITUNG

Für den Karottensalat die Karotten unter Wasser bürsten, mit einer Gemüseraspel fein raspeln und mit Honig und Zitronensaft anmachen.

Die Vinaigrette bestehend aus Öl, Wasser, Salz und Essig anrühren und ebenfalls zu den Karotten geben.

Jetzt für min. 30 Min. stehen lassen.

Je länger der Karottensalat zieht desto besser wird sein Geschmack.

Vor dem Servieren optional mit gerösteten Sonnenblumenkernen und/oder geriebenem Apfel verfeinern.

Der Karottensalat kann auch fest verschlossen in Gläser aufbewahrt werden. Kühl gelagert hält er sich mehrere Wochen.

Fertig!

ZUTATEN

400 g Karotten

1 TL Honig

1/2 Stk Zitrone, Saft

Zutaten für die Vinaigrette

1 Schuss Öl

100 ml Wasser

1/2 TL Salz

1 Schuss Essig (hell, nach Wahl)

Optional:

Geröstete Sonnenblumkerne

Geraspelter Apfel

GUTEN APPETIT

wünscht Gemüsehof Lehmann