

Gemüse bringt's

Die Gemüsebox im Abonnement

Salat Salat Salat Salat Salat Salat Salat Salat Salat Salat Salat

Süße-Sahne-Soße

Zutaten: 150 ml süße Sahne, $\frac{1}{2}$ ausgepresste Zitrone, Zucker, nach Geschmack Petersilie und/oder Dill. Passt gut zu Kopfsalat und Chinakohl

Öl-Essig-Ketchup-Soße

Zutaten: 2 EL Öl, 1 EL Essig, 2 EL Wasser oder Apfelsaft, 1 EL Gewürzketchup, $\frac{1}{2}$ EL Honig, Salz und Pfeffer
1 fein geschnittene Zwiebel, Kräuter nach Geschmack
Passt gut zu gemischten Salaten, z.B. Blattsalate mit Rucola, Möhre, Paprika, Gurke und Mais

Öl und Essig Grundrezept

Zutaten: 4 EL Öl, 2 EL Essig, etwas Zucker, Salz und Pfeffer.
Das kann verfeinert werden mit: Kräutern, Senf, Apfelsaft, Sahne, Zitrone, Zwiebeln, feingehackter-frischer Knoblauch, Honig, Ketchup, Nüssen oder Sonnenblumenkernen, usw.

Die Salatsoßen kann man gut auf Vorrat zubereiten Die Zutaten in ein Schraubglas geben und gut durchschütteln. Fertig ist die Salatsoße. Auch der Salat lässt sich gewaschen in einem Sieb oder einer Schüssel im Kühlschrank mehrere Tage gut aufbewahren.

Guten Appetit wünscht Ihr **Gemüse bringt's** -Team

www.gemuese-bringt.com, Tel. 02525-2560 (Telefonzeiten Di. und Do. 9 - 12 Uhr)