

Nachhaltig Kochen mit der regional-saisonalen Bio-Abokiste

Radieschensalat

(ca. 16 Probierportionen à 70 g)



Menge	Zutat	Arbeitsschritt
3 EL 2 TL 2 EL 1 TL 4 EL Prise ½ TL	Rapsöl Honigsenf Joghurt (1,5 %) Honig Apfelessig Pfeffer Jodsalz	<ul style="list-style-type: none"> ○ alle Zutaten in einer größeren Schüssel gut verrühren
2 Bund ½ Bund ½ Bund 2	Radieschen Frühlingszwiebeln Schnittlauch Äpfel	<ul style="list-style-type: none"> ○ alles waschen ○ Enden bei Radieschen und Frühlingszwiebeln abschneiden und in dünne Scheiben bzw. feine Ringe schneiden, Schnittlauch ebenfalls in feine Ringe schneiden ○ Äpfel vierteln, entkernen und in ca. 1 cm große Würfel schneiden ○ alle Zutaten in die Schüssel zum Dressing geben und gut vermischen ○ Salat kalt stellen und ca. 20 Minuten ziehen lassen

Nachhaltige Rezept-Variationen:

- **Statt Radieschen:** Je nach Saison Gurken, Kohlrabi oder Rote Bete verwenden.

Gefördert durch:



Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft



Vernetzungsstelle Kita- und Schulverpflegung Berlin e.V.



Technische Universität Berlin



FÖL Fördergemeinschaft Ökologischer Landbau Berlin-Brandenburg e.V.

Mehr Bio in Stadt und Land

aufgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestages

www.in-form.de