Rezept des Monats

So gelingt Ihr Salat in jedem Fall.

Wir wünschen Ihnen einen **GUTEN APPETIT**

Der Frühling ist die schönste Zeit für einen leichten und frischen Salat. Wir zeigen Ihnen, wie Sie ganz einfach und mit wenig Aufwand einen herrlichen Salat zaubern. Das Geheimnis: lieber weniger Zutaten als zu viele. Ein guter Salat braucht nicht mehr als fünf Zutaten. Das wären zum Beispiel:

Zutaten:

Ein grüner Kopfsalat (z.B. ein Romanasalat), eine Frucht (z.B. ein saftiger Apfel) und nach Belieben Saft von einer Orange, Nüsse (z.B. 50 g frisch geröstete Mandeln), Käse (je nach Geschmack ein leckerer Feta-Käse, ein Hartkäse oder auch ein Emmentaler) und ein pikanter Joker wie Oliven, Radieschen oder getrockneteTomaten.

Zubereitung:

Die Zutaten sollten Sie erst kurz vor dem Servieren vermischen. Ein einfaches, selbst gemachtes Dressing, z.B. aus Joghurt und Koriander oder Senf und Honig, rundet das Geschmackserlebnis ab – fertig ist eine erfrischende, gesunde und leichte Mahlzeit aus Zutaten der Saison. Anregungen dazu finden Sie natürlich jeden Tag von Neuem in unserem Frischebereich.

EINKAUFSLISTE

Was Sie aus Ihrem Edeka Markt noch brauchen:

... Salat
... Äpfel
... Orangen
... Parmesan
... Nüsse oder Mandeln
... Feta-Käse
... Oliven
... Radieschen

www.edekamarkt-voigt.de
Neundorfer Straße 25 I 08523 Plauen