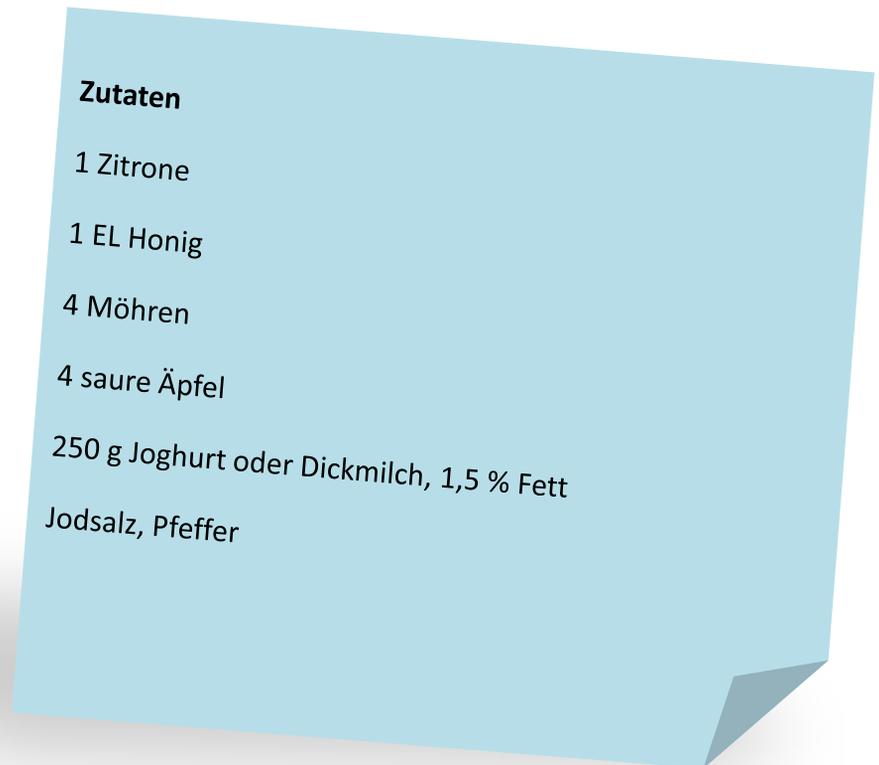


Möhren- Apfel- Rohkost

Sommer

4 Portionen



1. Saft einer Zitrone mit Honig verrühren.
2. Möhren schälen, Äpfel gründlich waschen, beides grob raspeln und unter den Zitronensaft mischen
3. Den Joghurt oder die Dickmilch über den Salat gießen und alles mit Jodsalz und Pfeffer abschmecken

✓ **Tipp:** Eignet sich sowohl als Zwischenmahlzeit, als auch zum Abendbrot