

Wir essen um zu leben - Rezepte

Obstsalat

Aus selbst gesammelten Früchten einen Obstsalat machen.

Beeren, wie Heidelbeeren, Erdbeeren, Brombeeren, Himbeeren waschen und mit etwas Marmelade und Wasser vermischen, hübsch anrichten

Eventuell auch gesammelte Äpfel , Birnen, Zwetschgen, Kirschen, Haselnüssen.....je nach Jahreszeit!

½ Apfel würfeln,	GNM-Paket
½ Orange würfeln	GNM-Paket
Mischen , mit	
1 Teelöffel Marmelade und hübsch anrichten	GNM-Paket

