

Jetzt kommen „die jungen Wilden“ auf den Tisch

Superfood aus unserer heimischen Natur

Das geht ganz einfach:

- Bärlauch, Brennnessel, Giersch, Spitzwegerich und Co. alles mit dem Mixer, Pürierstab oder Wiegemesser zerkleinern (gemischt oder einzeln)
- In saubere Schraubgläser füllen, mit einem guten Öl bedecken und ab in den Kühlschrank
- Hält sich im Kühlschrank mehrere Wochen, vorausgesetzt man bedeckt die Kräuter nach jedem Gebrauch wieder mit etwas Öl
- So hat man jederzeit eine gute Basis für Pesto, Kräuterbutter, Dips und Dressings zur Verfügung!



Gutes Gelingen wünscht

Anita Amrhein aus der fbs