



ZENTRUM FÜR
AMBULANTE REHABILITATION
HERZ & KREISLAUF DRESDEN

Eisbergsalat mit grüner Gurke

- für 4 Personen -

Zutaten:

½ Eisbergsalat

½ grüne Gurke

2 EL kalt gepresstes Rapsöl

Pfeffer, Essig, Dill, Salz

Zubereitung:

Eisbergsalat putzen und in Würfel schneiden · Gurken schälen und in Scheiben hobeln · aus Essig, Dill, Rapsöl, Pfeffer und Salz eine Marinade herstellen und den Salat damit abschmecken

Nährwertangaben:

1 Portion = 43 kcal, 0,6 g Ball., 0 mg tier. Chol.

0 KHE