



ZENTRUM FÜR
AMBULANTE REHABILITATION
HERZ & KREISLAUF DRESDEN

Feldsalat mit Kresse

- für 4 Personen -

Zutaten:

100 g Feldsalat

½ Pck. Kresse

½ Zwiebel

2 El Rapsöl

1 El Zitronensaft

Schnittlauch, Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Feldsalat putzen und waschen · klein geschnittene Zwiebel und Schnittlauch dazu geben · aus Rapsöl, Zitronensaft, Pfeffer und Salz eine Marinade rühren, über den Salat verteilen und alles gut unterheben · den Salat mit Kresse servieren

Nährwertangaben:

1 Portion = 50 kcal, 1,5 g Ball., 0 mg tier. Chol.

0 KHE