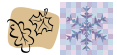


Prinz-Eugen-Straße 2  
77654 Offenburg

Ernaehrungszentrum@ortenauekreis.de  
www.EZ-Ortenau.de



## Topinambur Salat

Zutaten:	Zubereitung:
250 g Topinambur- Knollen 2 Möhren 2 Äpfel (Elstar, Jonagold...) 2 EL Zitronensaft	Putzen, gründlich waschen, evtl. schälen. Waschen, schälen. Waschen, vierteln, Kerngehäuse entfernen. Alles fein raspeln. Untermischen.
200 g Saure Sahne (10% Fett) Je ½ TL Salz, Pfeffer 1 Prise Zucker	Verrühren, Salat anmachen, etwas durchziehen lassen, abschmecken.
2 EL Sonnenblumenkerne	In einer schönen Schüssel anrichten und mit den Kernen garnieren.
Der Salat schmeckt leicht gekühlt am besten. Unser Tipp: Kaufen Sie den Topinambur direkt vom Erzeuger, dann ist er noch frisch und knackig.	

