

Pastinaken-Möhren-Rohkost

Zutaten

Zubereitung



150 g Jogurt
Zitronensaft
Zucker, Salz, Pfeffer
1-2 EL geh. Petersilie
und Zitronenmelisse

aus den Zutaten eine Marinade herstellen

300 g Möhren
200 g Pastinaken
2 Äpfel

waschen, putzen und raspeln

die Zutaten mit der Marinade vermengen und
abschmecken