

Farmersalat



Zutaten

125 g Creme fraiche
150 g Jogurt
Salz, Pfeffer
2 EL Kräuternessig
1 EL Öl
2 EL geh. Kräuter
(Dill, Schnittlauch, Petersilie,
Pimpinelle, Zitronenmelisse)

200 g Möhren
100 g Sellerie
200 g Lauch

100 g Maiskörner

evtl. 50 g Weizensprossen

Zubereitung

verrühren, abschmecken

waschen, putzen, in die Marinade raspeln oder schneiden

zugeben

alle Zutaten vermengen und abschmecken