



EINHEIT 7 - Rezept 5

Fenchel Rohkost-Salat

für 2 Personen

Menge / Zutaten

1-2 Knollen, je Größe Fenchel
1 Becher Sanoghurt
2 g Salz
5 g Apfeldicksaft
1 EL Zitronensaft
Etwas Fenchelgrün
1 rot schaliger Apfel

Zubereitung:

- Zwiebeln schälen und fein würfeln, in etwas Kokosfett bräunen.
- Restliches Kokosfett und den kleingewürfelten Apfel dazugeben.
- Die Masse zum sehr kalten Olivenöl – am besten vorab in den Kühlschrank stellen – miteinander verrühren, mit Salz / Pfeffer abschmecken.
- Mindestens 1 Tag kühl stellen.





Co-funded by
the European Union



Co-funded by
the European Union

"Funded by the European Union. Views and opinions expressed are however those of the author(s) only and do not necessarily reflect those of the European Union or the European Education and Culture Executive Agency (EACEA). Neither the European Union nor EACEA can be held responsible for them."

"Von der Europäischen Union finanziert. Die geäußerten Ansichten und Meinungen entsprechen jedoch ausschließlich denen des Autors bzw. der Autoren und spiegeln nicht zwingend die der Europäischen Union oder der Europäischen Exekutivagentur für Bildung und Kultur (EACEA) wider. Weder die Europäische Union noch die EACEA können dafür verantwortlich gemacht werden."



This document was created as free learning and teaching material (Open Educational Resource) and is licensed under Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International. To view a copy of this license, visit <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>



Deaf Chefs
Learning the Vegan Cuisine
2024-1-DE02-KA220-VET-000254897