



GSUND und GUAD

mit LIMA durch die Fastenzeit

Obstsalat

- 1 Zitrone
- 4 Äpfeln
- 4 Mandarinen
- 2 Orangen
- 4 Bananen
- 1 EL Honig
- 1 Pkt. Biskotten

Zitrone auspressen, in eine große Schüssel geben.
Mit Wasser und Honig vermischen. Die Äpfel schälen und klein schneiden
Orangen schälen und zerstückeln, ein oder zweimal schneiden.

Mandarinspalten und Bananenscheiben dazu und einige Minuten stehen lassen.

In kleine Schüsseln verteilen, und mit Eierbiskotten genießen.

Mahlzeit wünscht Leni Seidl