

GSUND und GUAD

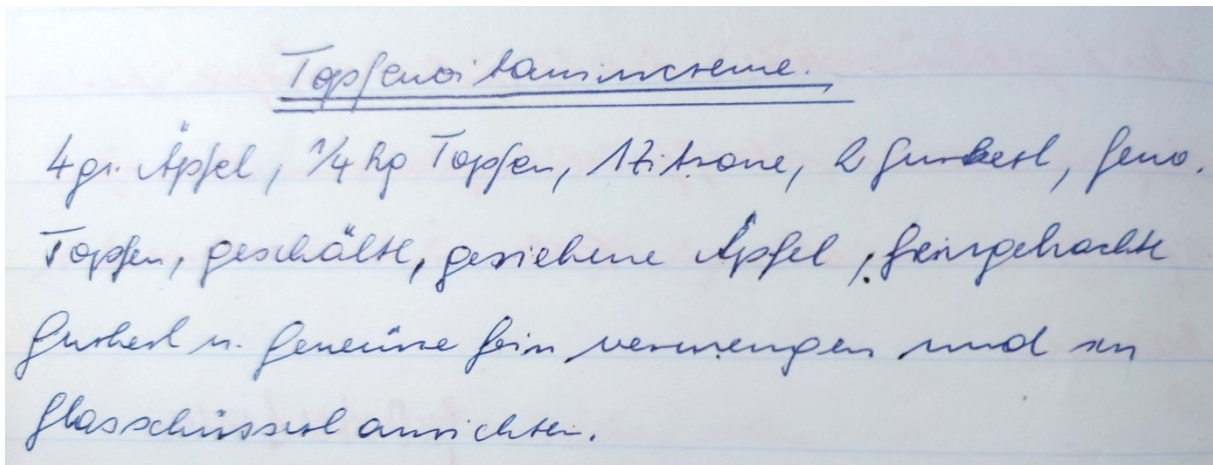
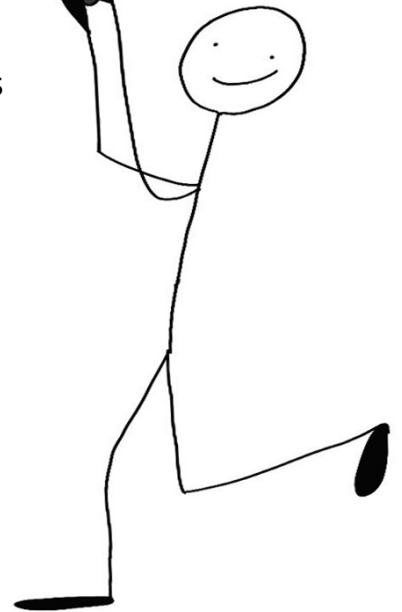
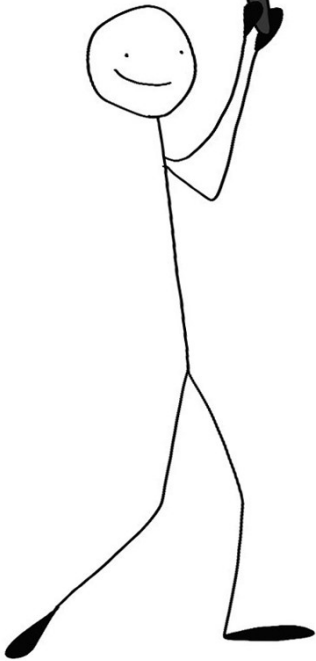
mit LIMA durch die Fastenzeit

Topfenvitamincreme

aus einem „Kochheft der sog. Knödelakademie“ aus den 1960-ern

4 große Äpfel reiben mit Zitronensaft vermengen
250 g Magertopfen und 2 feingehackte Essiggurkerl
hinzufügen und gut verrühren.

Mit Salz, Pfeffer, Chili und einer Prise Zucker abschmecken.
Man kann die Topfencreme auch mit geriebenen Karotten
und ein paar Tropfen Kürbiskernöl ergänzen.



Lassen Sie es sich gut schmecken, Luise Buchegger, 2851 Krumbach