

Mangold-Stiel Salat

Rezept für 3 Portionen
Dauer: ca. 15 Minuten

Zutaten:

Zutat	Menge
Olivenöl	2 Esslöffel
Tomatenmark	1 Esslöffel
Apfelessig	2 Esslöffel
Salz	1 Prise(n)
Mangoldstiele	250 g

Zubereitung:

Mangoldstiele in 1 cm breite Streifen schneiden.

Anschließend in reichlich Salzwasser ca. 5 min. gar kochen.

Aus den restlichen Zutaten eine Sauce rühren, das Gemüse in die Sauce geben und alles einige Zeit im Kühlschrank ziehen lassen.

Gutes Gelingen wünscht



Link zu diesem Rezept: <http://www.koch-idee.at/Rezept-1397-Mangold-Stiel-Salat.html>
Mehr leckere Koch-Ideen zum Nachkochen gibts auf www.koch-idee.at