

Energie und Lebensqualität aus Salzgitter



Erdgas

Strom

Wärme

Wasser

www.wevg.com

Rezept des Monats Mai 2018

das Monatsrezept stammt diesmal von Frau Dr. Christina Reisig. Durch Weitergabe an verschiedene Personen ist dieser leckere Salat zu uns ins Kochstudio gelangt. Er lässt sich gut vorbereiten und ist beim Picknick oder bei der Grillparty ein Highlight. Testen Sie es doch auch einmal...



Mie-Nudel-Salat



2 Blöcke Mie-Nudeln
(Chinesische Nudeln)

→ in einem Gefrierbeutel mit einem Rollholz zerkleinern. Zusammen mit

200 g Mandelblättchen
50 g Butter

→ in einer Pfanne hellbraun rösten. Auskühlen lassen (kann auch schon einen Tag vorher zubereitet werden).

1 kg Chinakohl

→ waschen, putzen, in feine Streifen schneiden.

5 Frühlingszwiebeln

→ waschen, putzen, in feine Ringe schneiden.

Dressing:

100 g Zucker
50 ml Essig
3 Essl. Sojasoße

Alle Zutaten in einer Schüssel vermengen.

→ verrühren.

200 ml Pflanzenöl

→ kräftig unterschlagen.
Dressing unter den Salat heben und ca. 30 Min. ziehen lassen.

**WEVG Kochstudio – Privatkundenvertrieb -
Albert-Schweitzer-Straße 7-11 in Salzgitter-Lebenstedt**