

Rezept

# Superman-Salat

Du brauchst:

$\frac{1}{2}$  Gurke

1 Apfel

$\frac{1}{2}$  Dose Mais

3 Möhren

1 EL Essig

2 EL Öl

1 Msp. Senf

Salz und Pfeffer

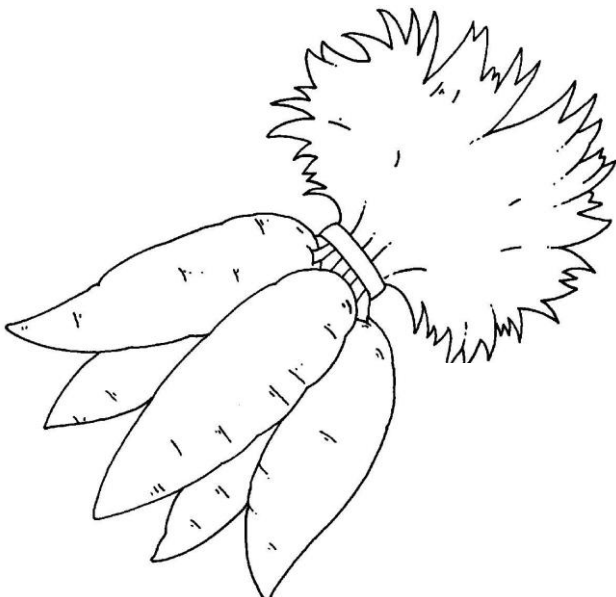
Saft von  $\frac{1}{2}$  Zitrone



Superkräfte  
mit  
Superman-  
Salat!

1. Schneide die Gurke und den Apfel klein (wenn du beides gut abwäschst, musst du sie nicht schälen)!
2. Raspel die Möhren!
3. Vermische alles mit dem Mais in einer Schüssel!
4. Rühre aus Essig, Öl, Senf, Salz, Pfeffer und Zitronensaft eine Salatsoße an!
5. Vermische den Salat mit der Soße!

## GUTEN APPETIT



Erstelle dein eigenes Kochbuch!