



nachhaltiger Spaziergang durch die Welt der Lebensmittel

Mindesthaltbarkeit Lagerung Einkauf Kochen



# Kachkiste



## Schneller Kartoffelsalat

1 Sieb, 1 Schneidebrett, 1 Messer, 1 Schäler, 1 Schüssel, ein Löffel, 1 Gabel,

1 kleine Möhre, 1 gekochte Kartoffel, 1 Apfel, Frühlingszwiebeln, Joghurt Natur, Salz, Pfeffer, Zucker

Arbeitsgeräte auf den Arbeitsplatz stellen

Hände waschen

Haare zusammen binden

Zutaten bereit ?

Zutaten waschen !

Abtropfen lassen !

Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden

Möhre schälen und in dünne Scheiben schneiden, oder grob raspeln

Apfel schälen, vierteln, Kerngehäuse entfernen, ebenfalls in dünne Scheiben schälen

Frühlingszwiebeln in kleine Röllchen schneiden

Joghurt in eine Schüssel umfüllen und glatt rühren

Abschmecken mit Salz, Pfeffer, Zucker, umrühren

Geschnittene Kartoffeln und das Gemüse zugeben, alles vorsichtig verrühren

Kalt stellen und ziehen lassen

Eventuell noch einmal abschmecken

Geht auch mit Nudeln oder Reis und allen anderen Resten aus dem Kühlschrank

Man kann auch Ketchup zu dem Joghurt geben