


# Wintermenü



4 Personen

roh  
vegan  
laktosefrei  
glutenfrei

Rezepte und Fotos:  
Marketa Schellenberg

## Vorspeise:

Chicorée ist eine Salatsorte, die ganzjährig in dunklen Räumen gezogen wird und über knackige und saftige Blätter verfügt. Die enthaltenen Bitterstoffe harmonisieren bestens mit der Süße der Birnen und der carotinreichen Kakifrüchten. Die Walnüsse liefern ein höchst schmackhaftes Öl und gleichzeitig auch Eiweiß, das zusammen mit dem Seidentofu eine gute Eiweißkombination bildet. Ein Wintersalat vom Feinsten..

