



Julia & Gonja Faber

ZURÜCK ZUM GLÜCK

## HANNOVER DRUMHERUM BOWL

Auch mit diesem Rezept hat man in der Mittagszeit Köstlichkeiten, die einen danach gut weiterarbeiten lassen.

### Zubereitung:

Für den Kartoffelsalat die Kartoffeln aus der Region kochen, pellen und in Vinaigrette aus Rapsöl, Sonnenblumenöl, Himbeeressig, gekörntem Senf, Salz, Pfeffer und Zucker ziehen lassen.

Für den Rote Bete Salat die Rote Bete garen und raspeln, in Vinaigrette aus Sonnenblumenöl, Apfelessig, Salz, Pfeffer, Zucker und Schnittlauch marinieren.

Für das Grilled Gemüse: Lieblingsgemüse mit Sonnenblumenöl, Salz und Pfeffer vermengen, im Ofen bei hoher Temperatur grillen.

Eine Schlangengurke in schräge Scheiben schneiden

Eine Kräutercreme aus Schmand, Quark, Salz, Pfeffer, vielen Kräutern (nach Geschmack) anrühren.

Alles zusammen in einer Schüssel oder in einem tiefen Teller anrichten. Fertig.

