



Gurkensalat

mit „saurer Sahne-Alternative“

2 Salatgurken

150-200 ml Sojacuisine

1-2 TL frische Zitrone oder Essig (vorsichtig probieren, ob es sauer genug ist)

1-2 TL Dill, getrocknet oder frischer gehackt

½ TL mittelscharfer Senf

Salz oder Würzfee von „lebe gesund“, Pfeffer

eventuell Borretsch-Blüten – Dekoration und für eine bessere Verdauung

- Gurken abwaschen und in dünne Scheiben hobeln
- Sojacuisine mit Essig oder Zitrone mischen – dickt ein
- mit Senf, Würzfee / Salz, Pfeffer abschmecken
- mit Borretsch-Blüten dekorieren

Das Salat hält sich im geschlossenen Glas 2-3 Tage.