

Liebe Kundinnen, Liebe Kunden,

als würzig-scharfe Zutat für Salate oder dünn geschnitten und gesalzen zum Brot-
Radieschen sind jetzt ein echter Genuss und gesund und dazu, die enthaltenen
Senföle sind wirksam gegen Bakterien und Pilze im Darm, Vitamin C stärkt Ihr
Immunsystem, dazu kommen Selen, Folsäure, Eisen + Phosphor. Vom frühen Radieschenbund
können Sie gut auch die Blätter mit in den Salat geben.

Die Herkunft des Radieschens ist unklar, bekannt ist aber, das ~~heute~~ im
Altertum in China und Japan und auch in Ägypten bereits Radieschen gepflanzt wurden.
In Europa treten sie erstmals im 16. Jhdt. in Frankreich auf, wo auch heute noch mehr
als doppelt so viel Radieschen pro Kopf wie in Deutschland gegessen werden.

herzliche Grüße
Julia Nathaus

Radieschen-Champignons-Salat

1 Bd Radieschen } in hand dünne Scheiben schneiden, salzen, etwas Pfeffer dazu
200g Champignons }
1/2 TL Honig } würzen, die Hälfte der Kresse unterheben
2 TL Zitronensaft }
200ml Sahne oder Joghurt } Champignons und Radieschen auf einem Teller anrichten
1 x Kresse } Dressing darüber geben, Rest Kresse darüber verteilen

Guten Appetit

