

**Unsere Rezeptempfehlung zum Monat**  
**Februar**

**Steckrübenrohkost**

**Zutaten:**

500g Steckrüben  
200g Äpfel  
1 Becher Joghurt  
2 El. Saure Sahne  
2 El Zitronensaft  
2 El gemahlene Nüsse

**Zubereitung:** Steckrüben und Äpfel säubern, schälen und fein raspeln.

Aus Joghurt, saurer Sahne, Zitronensaft und Nüssen ein Dressing herstellen. Mit Salz, Zucker und Pfeffer abschmecken.

Das Gemüse vorsichtig unterheben.

**Guten Appetit**  
**wünscht**  
**Familie Schierenbeck**  
**Bruchweg 1**  
**28844 Weyhe- Lahausen**  
**[www.hofladen-schierenbeck.de](http://www.hofladen-schierenbeck.de)**