



REZEPT



360° Wildkräutersalat

keto lifestyle – gluten & sugar free – veggie - omega em-powered – longevity

Frühlingserwachen: Vitaler Wildkräutersalat zur Stärkung des Immunsystems und für eine gesunde Verdauung.

Zutaten für 4 Portionen | Arbeitszeit: 15 min |

Portion Schnittsalat, 3-4 Handvoll frische Wildkräuter (s. Liste, außer Brennnessel) gewaschen

1 rote Zwiebel, gehackt

1 EL **BRAIN POWER ÖL** oder Oliven Öl

alternativ mit 5g **ALGEN POWER FORTE ÖL** ergänzen

1 saurer Apfel

1 Hand voll Beeren

1 EL Himbeeressig

1 Prise Natron

1-2 TL Senf

1 Prise Salz und Pfeffer aus der Mühle

Anleitung Zubereitung

1. Salat waschen und putzen, klein zupfen, (Un)kräuter waschen und trockentupfen.
2. Apfel entkernen und in kleine Stücke schneiden. Zwiebel fein hacken. Salatkräuter, Apfel Beeren in eine Schüssel geben.
3. Die Salatsauce aus den übrigen Zutaten zubereiten und darüber geben.
4. Zur Löwenzahn Bruschetta und Keto Brot mit Bärlauchbutter reichen.

Indulge me – you deserve it.

Pure-power Benefits & Tipps:

♥ **360° BRAIN POWER ÖL oder IMMUN POWER ÖL** besticht durch eine „intelligente“ Power Mischung, aus essenziellen Fetten, DHA & EPA und den Vitaminen E, D, K, somit bestes MOOD FOOD für dein „Oberstübchen“ Deine Zellen, Deine Augen, Knochen und verleiht dem Gericht eine nuss-ige Note. ♥ **360° ALGEN POWER ÖL FORTE** besteht aus einer höchst konzentrierten Zusammensetzung aus maritimen Fettsäuren dha & epa – vegan!!!

Weitere **Info´s, Rezepte & pure Power Wissen** findest du im • EAT • MOVE • FEEL • Blog Magazin.