



Rosenblütensalat

Von *Schuetz*

Erstellt am 27 Nov 2014 - 10:22

Die Rose ist das Symbol für die Liebe. Sie ist nicht nur schön, sondern ist auch gesund und schmackhaft.

Rosen, die Königinnen der Blüten, sehen nicht nur gut aus. Rosen riechen auch nicht nur gut. Rosenblüten sind auch sehr lecker.

Geeignete essbare Rosen findet man oft nur in der Natur oder im eigenen Garten.

Wildrosen, Bauernrosen, Hundsrosen oder Zentifolien haben hauchzarte Blütenblätter und einen typischen, zarten Rosenduft.

Rosenblütensalat

Zutaten für 2 Personen:

250 g Feldsalat oder Löwenzahnsalat

100 g Frühstückspeck

2 gekochte Eier

2 EL Schnittlauch

1 EL Rosenessig

1 - 2 EL Olivenöl

1 Prise Zucker

2 - 3 Prisen Salz

1 Prise Pfeffer

1 Hand voll Blätter von ungespritzten Rosen

Zubereitung:

Frühstückspeck klein schneiden und in einer heißen Pfanne auslassen (zirka 5 – 8 Minuten).

Gewaschenen und getrockneten Salat in eine Schüssel geben.

Eier und den Schnittlauch klein würfeln.

Den abgekühlten Speck sowie die Eier und Schnittlauch zum Salat geben.

Mit dem Olivenöl, Rosenessig, Salz, Pfeffer und Zucker mixen.

Auf zwei Teller anrichten und mit den Rosenblättern bestreuen.

Dazu kann man jede Sorte Fleisch reichen.

Buchautorinnen Sabine Beuke und Jutta Schütz schreiben gute Gesundheitsbücher, sie kennen sich sehr gut mit Low Carb aus.

Firmeninformation:

Jutta Schütz (Autorin, Journalistin, Psychologin, Dozentin, Mentorin) schreibt Bücher, die anspornen, motivieren und spezielles Insiderwissen liefern. Weitere Informationen zur Autorin



und ihren Büchern findet man in den Verlagen: Rosengarten-Verlag, FIT GESUND SCHOEN, BoD und tredition, sowie im Kultur-Netzwerk (Kommunikationsplattform für Kunst, Literatur, Musik, Film, Bühne, Entertainment und Medien).

Pressekontakt:

Jutta Schütz

D-33611 Bielefeld

info.schuetz09@gmail.com [1]

www.jutta-schuetz-autorin.de/ [2]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 07:47): <http://www.medkom24.eu/node/19726>

Links:

[1] <mailto:info.schuetz09@gmail.com>

[2] <http://www.jutta-schuetz-autorin.de/>