

Mein Obstsalat! Es ist eine Vitaminbombe!

Reich an: Vitamin B, Vitamin C und Kalium
Es ist sehr gesund!!

Arbeitsmaterial: ein Brett, ein Meser, eine Schüssel, eine Gabel, eine Zitronenpresse

Dea Khamaria, 7.c

Zutaten für 2

Personen:

- eine Zitrone
- eine Orange
- ein Apfel
- eine Birne
- 15g brauner Zucker

Zubereitung:

1. Wasch das Obst
2. Schäle die Orange und den Apfel.
3. Halbiere das Obst.
4. Entkerne das Obst.
5. Presse die Zitrone aus.
6. Schneide das Obst in kleine Stücke.
7. Gib das Obst in die Schüssel.
8. Süß das Obst mit Zucker.

