

Löwenzahn- Gänseblümchen-Salat



Eure Zutaten für 4 Portionen:

- 1 Handvoll frisch gepflückte **Löwenzahnblätter**
- 1 Handvoll frisch gepflückte **Gänseblümchen**
- 1 **Zwiebel**
- 1 Prise **Salz**
- 2 Teelöffel **Zucker** (oder Ahornsirup)
- etwas **Essig**
- etwas **Schmand** (oder Sahne – beides gibt es bei Bedarf auch rein pflanzlich)
- etwas **Pfeffer und Salz** zum Abschmecken der Salatsoße





Die Zubereitung:

1. Ran an die **Zwiebel**: Schneidet sie in kleine Würfel.
2. Streut etwas **Salz** über die gewürfelte Zwiebel und lasst das Ganze ein paar Minuten einziehen. Dadurch wird die Zwiebel milder.
3. In der Zwischenzeit könnt ihr die zarten **Löwenzahnblätter und Gänseblümchen** gründlich waschen.
4. Legt die Löwenzahnblätter anschließend für eine halbe Stunde in **lauwarmes Wasser** ein. So verlieren sie von ihrer Bitterkeit.
5. Nun macht ihr die **Soße**: Dafür vermischt ihr zuerst etwas **Essig** und **Schmand** in einer Schüssel.
6. Rührt noch 2 Teelöffel **Zucker** ein.
Das ist eine ganze Menge Zucker für eine Salatsoße, findet ihr? Ihr werdet sehen: Die Süße passt wunderbar zum leicht herben Löwenzahn.
7. Schmeckt eure Salatsoße mit **Salz und Pfeffer** ab.
8. Schneidet nun einfach die **Löwenzahnblätter** in feine Stücke.
9. Hebt den **Löwenzahn** zusammen mit den **Gänseblümchen** unter die Salatsoße. Und fertig ist euer Frühjahrs-Salat direkt von der Wiese!

Lirum, Larum, Löffelstiel – selber kochen ist mein Ziel! 😊

Wir wünschen euch einen **guten Appetit!**

**KINDER
LEICHT.
BERLIN**