

Rezept mit Kalzit

Oliven Aufstrich mit Mandarinen und Kalzit

Zutaten:

- 1 Glas grüne Oliven
- 2 frische Mandarinen
- 1 Esslöffel Leinöl
- roter Pfeffer (gestoßen)
- 2 Kapseln Kalzit

(Nach Möglichkeit alle Zutaten aus Bio-Landwirtschaft)



Zubereitung:

Die Mandarinen schälen. Die Oliven, die Mandarinen und das Öl in einen Behälter geben und alle Zutaten mixen (mit einem Pürierstab oder einem Mixer). Die Kalzit-Kapseln öffnen und das Pulver der Masse zugeben und unterrühren. Mit rotem Pfeffer abschmecken. Den Aufstrich am besten in einen luftdicht verschließbaren Behälter füllen und kühlstellen.

Mit Essener Brot oder einem anderen vorgekeimten Brot oder Rohkost-Kräcker servieren.



pantarey gmbh
invent research biomaterials

Obere Bahnhofstr. 15
83457 Bayerisch Gmain
Tel. +49-8651-9059004
Fax 9004390

info@pantarey.de
www.pantarey.de