

# Rezept mit Lindenkombu

## Spinatsalat mit Lindenkombu

### Zutaten:

- Frischer Spinat
- Einige kleine Strauchtomaten
- 100g Parmesan
- 100g Sprossen

### Für das Dressing:

- Saft aus 1 Zitrone
- 1 Schuß Sahne
- 2 EL Löwenzahn-Sirup
- 3 EL Sonnenblumenöl
- 2 Kapseln Lindenkombu
- Salz, Pfeffer



### Zum Garnieren (nach Belieben):

- vorgekeimte Nüsse oder Samen
- frische Kräuter oder essbare Blüten

(Nach Möglichkeit alle Zutaten aus Bio-Landwirtschaft)

### Zubereitung:

Den Spinat und die Sprossen gründlich waschen und gut abtropfen lassen. Die Tomaten waschen und halbieren/vierteln (je nach Größe). Den Parmesan fein hobeln.

Für das Dressing vermengen Sie den Zitronensaft mit der Sahne, geben den Löwenzahn-Sirup und das Öl hinzu. Öffnen Sie die Lindenkombu-Kapseln und streuen Sie das Pulver in das Dressing. Gut verrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Spinat, Sprossen, Tomaten und das Dressing abwechselnd in eine große Schüssel einfüllen. Mit den vorgekeimten Nüssen/Samen und den Kräutern/Blüten nach Belieben garnieren. Parmesan darüber streuen.



**pantarey** gmbh  
invent research biomaterials

Obere Bahnhofstr. 15  
83457 Bayerisch Gmain  
Tel. +49-8651-9059004  
Fax 9004390  
info@pantarey.de  
www.pantarey.de