

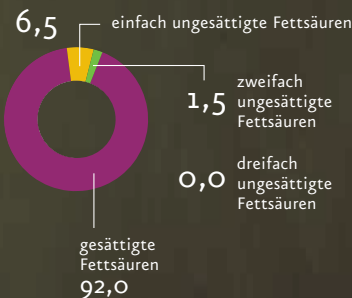


WISSENSWERTES

Ingwer-Limon

— Kokoswürzöl —

- Zutaten ● Kaltgepresstes Kokosöl, Ingwer und Lemon-Myrthe.
- Herstellung ● Liebevoll und handwerklich aus der Ölmühle Solling im Weserbergland.
- Charakter ● **Dezent scharf mit zitrusfrischem** Akzent und feiner, typischer Kokosnote.
- Besonders lecker in ● Fisch und Meeresfrüchten, Fleisch und Geflügel, Suppen und Saucen.
Extra-Tipp: Zum Abschmecken von Konfitüren.
- Anwendung ● Für kalte Gerichte und Aufstrich gegebenenfalls erwärmen. Einfach gewünschte Menge gegen Ende der Garzeit über das Gericht geben, schmelzen lassen und gut unterrühren.
- Hinweis ● Kokosöl ist bei Zimmertemperatur fest und schmilzt beim Erwärmen. Lichtgeschützt und dunkel, jedoch nicht im Kühlschrank aufbewahren.



ÖLMÜHLE
SOLLING

MÜHLENFRISCH

BIO

Keimsprossen-Aufstrich

mit Ingwernote

REZEPT

• Zutaten für 4 Personen

🕒 • Zubereitungszeit: zirka 10 Minuten

• Zutaten

- 50 g Möhren (zirka 1 kleine Möhre)
- 50 g frische, gemischte Keimsprossen
- 100 g Doppelrahm Frischkäse
- 150 g körniger Frischkäse
- Salz und Pfeffer
- 1 EL Kokoswürzöl Ingwer-Lemon
- ½ TL Rohrzucker

• aus der Ölmühle Solling
Kokoswürzöl Ingwer-Lemon

• Zubereitung

- Die Möhre fein reiben. Die Keimsprossen waschen und abtropfen lassen.
- Beide Frischkäsesorten miteinander vermengen, die Möhrenraspel und Keimsprossen untermischen.
- 1 EL Kokoswürzöl Ingwer-Lemon dazugeben (gegebenenfalls leicht erwärmen) und zusammen mit ½ TL Rohrzucker im Aufstrich verrühren.

• Mehr Rezepte mit unseren köstlichen nativen Ölen gibt's hier:
oelmuehle-solling.de




**ÖLMÜHLE
SOLLING**

• Ölmühle Solling GmbH · Höxtersche Straße 1
• 37691 Boffzen/Germany · T 0 52 71.9 66 66-0
• F 0 52 71.9 66 66-66 · info@oelmuehle-solling.de