



Lokale Agenda 21 Falkensee AG Umwelt

Rezepte

Förderverein
Lokale Agenda 21 Falkensee e.V.

Am Gutspark 4
14612 Falkensee
Tel. 0 33 22 - 4 23 68 17
Fax 0 33 22 - 4 33 68 18

www.agenda21-falkensee.de
umwelt@agenda21-falkensee.de

Karotten-Tomatenaufstrich

- 200 g Möhren
 - 1 Zwiebel in Stücke schneiden und auf kleiner Flamme mit
 - 1 EL Öl im Topf mit geschlossenem Deckel 20 Minuten garen
 - 100 g Tomatenmark
 - 1 EL Thymian
 - 1 EL Majoran
 - 80 g Alsan
- Salz + Pfeffer hinzufügen und pürieren