

Stielmangold

Beta vulgaris „Spargel des kleinen Mannes“

Die Krautstiele rüsten, in ca. 5-6 cm Stücke schneiden, bündeln und mit einem Faden umfahren.

Im Salzwasser weichkochen.

Servieren mit einer Tartarsauce oder mit einer Mayonnaise.

Suzanne Knoery

