



Eingelegte Oliven



Zubereitung:

In eine große Schüssel Oliven mit klein geschnittenen Karotten und Stangensellerie (Fäden vom Stangensellerie abziehen) mischen. Grob gehackte Blatt Petersilie und einige Knoblauchzehen - in grobe Stücke geschnitten - hinzufügen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit Olivenöl bedecken; gut mischen und dann in Gläser füllen. Die Gläser müssen randvoll mit Öl bedeckt sein, gut verschließen. Die Oliven sind mehrere Monate haltbar und auch sehr gut geeignet für die Zubereitung von Fleischgerichten.

Zutaten:

- ✓ Schwarze Oliven
- ✓ Grüne Oliven
- ✓ Stangensellerie
- ✓ Karotten
- ✓ Knoblauch
- ✓ Blatt Petersilie
- ✓ Öl – Alvia (Rapskern, Sonnenblume, Walnuss)
- ✓ Salz – Tiefensalz
- ✓ Pfeffer – Bunter Pfeffer

Einkauf:

- Gesundheitsshelferline, 500ml, Art.Nr.: A001
- Gesundheitsshelferline, 500g, Art.Nr.: A014
- Gesundheitsshelferline, 50g, Art.Nr.: A049