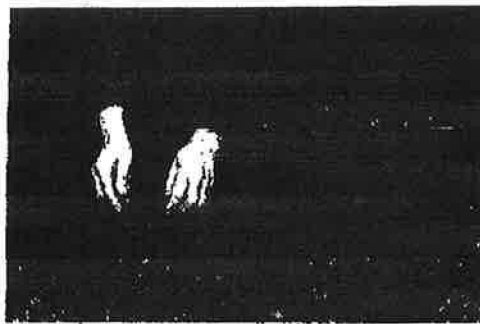


roris nennt ihm
seiner Blattform),
Blü-, in Österreich

gsweise aus dem
Ernte- und Ange-
r bis in den April
ches Wintergemü-
1 Jahreszeit einer
ender. Was Vita-
hält er beispiels-
ien. Darüber hin-
seepflanzen neben
utendsten Eisen-
rigens zu der Fa-
e. Seine Wurzeln
Blätter enthalten

kann ihn allein oder zusammen mit anderen
Salaten zubereiten. Die aus mehreren Blät-
tern bestehenden Pflänzchen können unzer-
teilt bleiben, es genügt, die Wurzelenden ab-
zuschneiden. Das Blattgemüse nicht unter
fließendem Wasser säubern, sondern behut-
sam im Wasser schwenken, anschließend
gut abtropfen lassen und vorsichtig in einem
Handtuch trocknen, damit die Marinade
nicht verwässert wird.

Ganz nach Gusto kann man ihn mit den
verschiedensten Saucen zubereiten. Kräuter-,
Pfeffer-, Speck oder Eiersauce passen eben-
so gut zu ihm wie Senf oder Knoblauch, Joghurt
oder Sauerrahm. Weil sein herzhaft würziger
Geschmack an frische Nüsse erinnert, wird
er gern mit Walnüssen serviert.



*In früheren Zeiten wurde der Feldsalat von
Genießern an Weg- und Feldrändern einge-
sammelt. Heute ist das Genießen der kleinen
Pflanze längst kein Geheimtip mehr.*

Hilfestellung aus Taching für den Internet-Nutzer

»Lebensmittelmarketing im Internet« richtet sich an Internet-Einsteiger und -Profis

»Lebensmittelmarketing im Internet« heißt
das vor kurzem erschienene Buch von Jür-
gen Steinmaßl aus Taching, das sich glei-
chermaßen an Einsteiger und Profis richtet.
Das Buch gibt einen Überblick über das In-

ternet, wie man Dateien für Windows 6.0 gespeichert und außerdem zur
schnelleren Übertragung im Zip-Format
komprimiert.« In solchen Fällen hilft das
Glossar am Ende des Buches weiter, das mit
einem alphabetischen Verzeichnis von Fach-

Traun steine