



**TOTAL
LOKAL**
DIE 100 % NRW-ERNÄHRUNG

Nimm dies - statt das!

Nimm, was die
Region
dir bietet!



DEINE EINKAUFSLISTE

- 500 g rote Beeren
- 175 ml Kirsch-
oder
Johannisbeersaft



6. Deine regionale Rote Grütze!

- Beerengenuss
für das ganze Jahr -

Beeren und Saft zum Kochen
bringen, angerührte Stärke
zugeben, 2 Min. köcheln lassen,
direkt genießen oder für
Weihnachten einfrieren!

Rezept hier



Hier gibt es mehr
TOTAL LOKAL: landservice.de

