



GEMÜSE

SPITZKOHL

BRASSICA OLER. CAP. F. ALBA

- reich an Mineralstoffen und Vitamin C, hoher Kaliumgehalt
- den Namen verdankt diese Weißkohllart ihrer Kopf-Form
- gekocht, roh - als Salat, Gemüse, Sauerkraut, Kohlrouladen



ERTE:
V-IX

