

Mitkä kasvikset maistuvat sinulle?

Gery

- Syö viittä väriä päivässä!

- tomaattikastike
- hapankaali
- etikkapunajuuri
- porkkanakeitto
- mustikkarahka
- mansikkakiisseli
- sipulipiiras
- keitetty parsakaali
- kukkakaaligratiini
- hölskytyskurkut
- grillattu maissi
- dippikasvikset
- uunijuurekset
- välipalاهدelmä
- pannukasvikset
- hernekeitto
- hedelmäsalaatti
- juureskiusaus
- kaalilaatikko
- marjasmoothie
- täytetty paprika
- sienikastike
- marjapiirakka
- vispipuuro

Kokeile salaattiin ananasta, papuja, herneitä, vesimelonia, pinaattia, raastettua kyssäkaalia, retiisiä, yrttejä, viinirypäleitä tai tuoretta kukkakaalia.