

Wir essen um zu leben - Rezepte

Polenta-Frühstück

50 g Polenta in	GNM-Paket
270 ml Wasser kochen, mit	
1 Esslöffel Rosinen,	GNM-Paket
½ Apfel oder ½ Orange gewürfelt,	GNM-Paket
1 Esslöffel Marmelade oder Zucker und	GNM-Paket
2 Esslöffel Buttermilch, vermischen	GNM-Paket

Zu jedem Frühstück gibt's eine Tasse Tee !

12 Portionen in diesem Monat

