

Wir essen um zu leben - Rezepte

Palatschinken

1 Ei mit	GNM-Paket
600 ml Wasser versprudeln, mit	
3 Esslöffel Milch und	GNM-Paket
270 g Mehl gut verrühren, in	GNM-Paket
1 Esslöffel Margarine 12 Palatschinken ausbacken :	GNM-Paket
6 Stück mit Marmelade ,	GNM-Paket
4 Stück für Rezept Spinat-Palatschinken	
2 Stück für Rezept Frittaten-Suppe	

Die Stückzahl 12 ergibt sich bei Verwendung einer Pfanne mit 20 cm Durchmesser und sind für folgende Portion im 31 Tage Plan.
2 x 3 Marmeladepalatschinken
2 x 2 Spinat-Palatschinken
2 Stück für eine Frittatensuppe.

