

Wir essen um zu leben - Rezepte

Krautsuppe mit Reis

120 g Kraut in kleine Stücke schneiden (Chinakohlreste)	GNM-Paket
60 g Karotten, schälen, würfeln,	GNM-Paket
40 g Zwiebel hacken,	GNM-Paket
20 g Reis, alles gemeinsam kochen, mit	GNM-Paket
1 Teelöffel Mehl eindicken, mit	GNM-Paket
Salz,	GNM-Paket
Kümmel, Lorbeer, Thymian, Pfeffer würzen	Extra
Mit Wildkräutern (Knoblauchrauke, Gundermann,...) verfeinern	Extra

2 mal in diesem Monat

