

Nachwuchsdienstag – Einkaufsliste

(jeweils Mengenangaben für 2 Personen)

Orientalische Currywurst:

Je ½ Esslöffel Gewürzmischungen „Ras el Hanout“ und „Zatar“ (alternativ Gewürze wie Koriandersaat, Kurkuma, Ingwer, Kardamom, Muskat, Kreuzkümmel, Pfeffer, Zimt...)

1 Zehe Knoblauch

125 g passierte Tomaten

50 g Ketchup

Ein paar Minzblätter

25 g Datteln

50 g Mayonnaise

200 g Pommes

2 Bratwürste oder alternativ vegetarische Bratwürste

Banofeedessert im Glas:

1 Brownie (oder alternativ 40 g Kekse und 10 g Butter)

50 g Blockschokolade

120 ml Sahne

Ca. 200 g Dulce de Leche (alternativ 200 g gesüßte Kondensmilch)

1 reife Banane

30 g Mascarpone

30 g Frischkäse