

Am Freitag den 29.4.2016 gib#es

SSS

Asiatische  
Gemüsepfanne  
mit  
Reis

SSS

SSS

SSS

- 1kg Karotten
- 1 Broccoli
- 1 Stange Lauch
- 2 rote Paprika
- 1 gelbe Paprika
- 1 Paket TK - Erbsen

- 1 Dose Kokosmilch
- 1/2 l Gemüsebrühe
- Currypulver oder Currypaste
- Salz, Pfeffer

1kg Basmatireis



WER  
MAG DARF  
MIT STÄBCHEN  
ESSEN!!!

