

Restenparty

Verwerten statt entsorgen



Brot



Croûtons



Fleisch



Sandwich



Reifes Obst



Smoothies



pfannefertig

Deine Kochtipps

🕒 🙌 Reste bieten die perfekte Basis für schnelle Rezepte! Hast du gewusst, dass Fried Rice mit vorgekochtem Reis nur 10 Minuten dauert?

👉 Einfach 1 EL Rapsöl in einer Bratpfanne warm werden lassen, eine Dose Mais, 1-2 Eier, gefrorene Erbsen und kleingeschnittene Frühlingszwiebeln mit dem Reis in die Pfanne geben und unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Minuten braten, mit einer Sauce aus Erdnussbutter, Sojasauce und gepressten Knoblauch mixen und schon hast du einen ausgewogenen Znacht!

😬 Welche Reste hast du immer im Kühlschrank? Schreib's uns in die Comments!

#UfEigedeBei #sgessn #NoFoodwaste #FoodUpcycling
#EssenVerwerten #EinfacheRezepte #SchnelleRezepte
#RezeptIdeen #KochInspo #KochenLeichtgemacht #Rezepte
#Rezept



pfannefertig

Deine Kochtipps

🕒 🙌 Reste bieten die perfekte Basis für schnelle Rezepte! Hast du gewusst, dass Fried Rice mit vorgekochtem Reis nur 10 Minuten dauert?

👉 Einfach 1 EL Rapsöl in einer Bratpfanne warm werden lassen, eine Dose Mais, 1-2 Eier, gefrorene Erbsen und kleingeschnittene Frühlingszwiebeln mit dem Reis in die Pfanne geben und unter gelegentlichem Rühren ca. 10 Minuten braten, mit einer Sauce aus Erdnussbutter, Sojasauce und gepressten Knoblauch mixen und schon hast du einen ausgewogenen Znacht!

🤔 Welche Reste hast du immer im Kühlschrank? Schreib's uns in die Comments!

#UfEigedeBei #sgessn #NoFoodwaste #FoodUpcycling
#EssenVerwerten #EinfacheRezepte #SchnelleRezepte
#RezeptIdeen #KochInspo #KochenLeichtgemacht #Rezepte
#Rezept



Reis



Fried Rice



Pasta



Auflauf



Gekochtes
Gemüse



Gemüsesuppe



Speichere den Beitrag
für später!

Restenparty

Verwerten statt entsorgen



Brot



Croûtons



Fleisch



Sandwich



Reifes Obst



Smoothies



Reis



Fried Rice



Pasta



Auflauf



Gekochtes
Gemüse



Gemüsesuppe



Speichere den Beitrag
für später!