

Weizen-Ebly


Zur Artikelliste *

Gern gegessen in:



Kitas



Schulen



Universitäten



Betriebs-
kantinen



Senioren-
einrichtungen

Rezeptur-Nummern im Menü-Manager MM10311

Zutaten für 10 Personen:

	Zutat	Art.-Nr.	Menge
	Olivenöl	555838	30 ml
	Ebly-Weizen	600040	400 g
	Salz	70157	Nach Bedarf
Bio	Pfeffer	586772	2 g
	Trinkwasser		800 ml
Bio	Gemüsebrühe	148696	10 g

Zubereitung:

1. Das Ebly in Olivenöl etwas andünsten, mit 1 Teil Ebly und 2 Teile Wasser (Gemüsebrühe) zum Kochen bringen.
2. 10 Minuten kochen, Hitze zurückschalten und Weizen ca. 20 Minuten quellen lassen.
3. Zum Schluss umrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

* Nur national verfügbare Artikel.