

glutenfreie Vollkornnudeln mit Vegetarischer Soße für Kinder

Rezept für 1 KG

0,200 kg	Pata ai cereal, Vollkornpenne glutenfrei Dr. Schär 250g
0,400 kg	Leitungswasser
0,300 kg	Vegetarische Nudelsoße für Kinder
0,030 kg	Zwiebeln geschält
0,030 kg	Zwiebeln
0,030 kg	Karotten
0,030 kg	Pastinake
0,030 kg	Sellerie
0,030 kg	Stauden Sellerie
0,030 kg	Paprika gelb
0,030 kg	Paprika rot
0,030 kg	Lauch
0,045 kg	Fleischtomaten
0,090 kg	Leitungswasser
0,003 kg	Petersilie krause
0,003 kg	Basilikum Dtl.
0,000 kg	Paprika edelsüß 1200 ml
0,003 kg	Tomatenmark
0,000 kg	Gewürze
0,050 kg	Rucola
0,050 kg	Parmesan Grande Pardano

Nudeln nach Packungsanleitung, in reichlich Salzwasser kochen. Stellen Sie die Nudelsoße wie beschrieben her. In einem tiefen Teller den gewaschenen Rucola einlegen, Nudeln darauf, Einen Schöpfer Soße und etwas grob gehobelten Parmesan. Die vegetarische Alternative zur Bolognesesoße. Am besten binden Sie ihr Kind beim Gemüseschneiden mit ein!

Rezeptarchiv-Marcus Beran

