

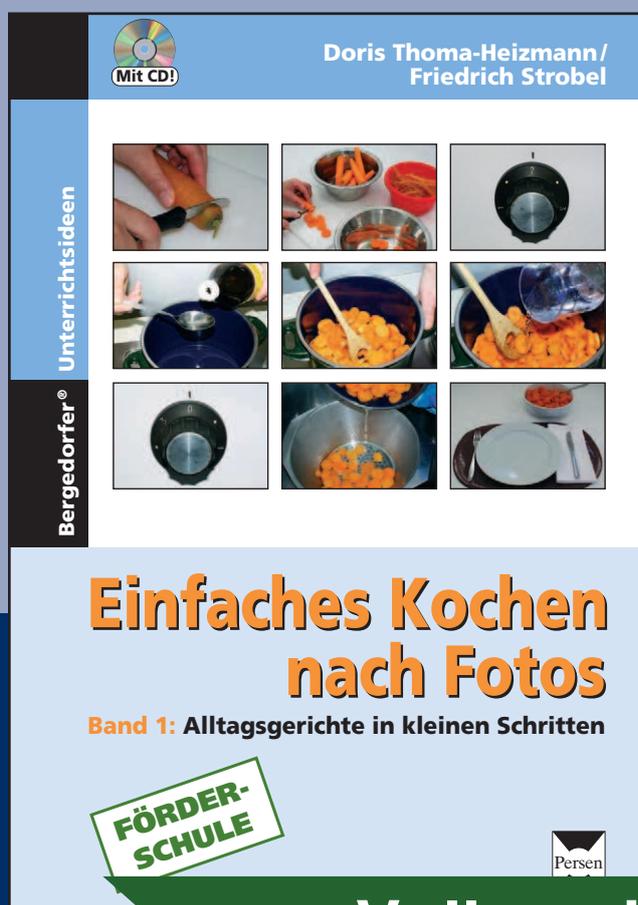


DOWNLOAD

Doris Thoma-Heizmann/Friedrich Strobel

Erbsen, Karotten, Rahmspinat und Rotkohl

Einfaches Kochen nach Fotos



Downloadauszug
aus dem Originaltitel:

ERBSEN UND KAROTTEN ①

Zutaten für 2 Personen

- 1 Packung Erbsen und Karotten (450 g)
- 1/2 l Wasser
- 1 Teelöffel (TL) Salz



Arbeitsschritte



① Packung aufreißen



② 1/2 l = 500 ml Wasser in den Topf gießen



③ Herdplatte auf Stufe 2 einschalten



④ Gemüse in das kochende Wasser geben



⑤ 1 Teelöffel (TL) Salz zugeben



⑥ Topf schließen

ERBSEN UND KAROTTEN ②



⑦ Gemüse 10 Minuten erwärmen



⑧ Topf öffnen



⑨ Herdplatte ausschalten



⑩ Gemüse in einer Schüssel anrichten



⑪ Guten Appetit



netzwerk
lernen

D. Thoma-Heizmann/F. Strobel: Erbsen, Karotten, Rahmspinat und Rotkohl
© Persen Verlag GmbH, Buxtehude

zur Vollversion

RAHMSPINAT ①

Zutaten für 2 Personen

600 g Rahmspinat
1 Teelöffel (TL) Salz



Arbeitsschritte



① Topf und Rührlöffel herrichten



② Spinatpackung aufreißen



③ Spinat in den Topf geben



④ Topf schließen



⑤ Herdplatte auf Stufe 2 einschalten



⑥ 15 Minuten erwärmen



⑦ Spinat umrühren



⑧ 1 Teelöffel (TL) Salz zugeben



⑨ Spinat nochmals umrühren

RAHMSPINAT ②



⑩ Herdplatte ausschalten



⑪ Spinat in einer Schüssel anrichten



⑫ Guten Appetit

Download
ZUR VOLLSTÄNDIGEN ANSICHT



netzwerk
lernen

D. Thoma-Heizmann/F. Strobel: Erbsen, Karotten, Rahmspinat und Rotkohl
© Persen Verlag GmbH, Buxtehude

zur Vollversion

ERBSEN ①

Zutaten für 2 Personen

1 Dose Erbsen



Arbeitsschritte



① Dose öffnen



② Deckel vorsichtig mit dem
Messer anheben



③ Erbsen in den Topf geben



④ Herdplatte auf Stufe 2
einschalten



⑤ Topf schließen



⑥ 5 Minuten erwärmen



⑦ Topf öffnen



⑧ Herdplatte ausschalten



⑨ Erbsen in ein Sieb schütten

ERBSEN ②



⑩ Erbsen in einer Schüssel anrichten



⑪ Guten Appetit

Download
ZUR VOLLSTÄNDIGEN ANSICHT



netzwerk
lernen

D. Thoma-Heizmann/F. Strobel: Erbsen, Karotten, Rahmspinat und Rotkohl
© Persen Verlag GmbH, Buxtehude

zur Vollversion

ROTKOHL ①

Zutaten für 2 Personen

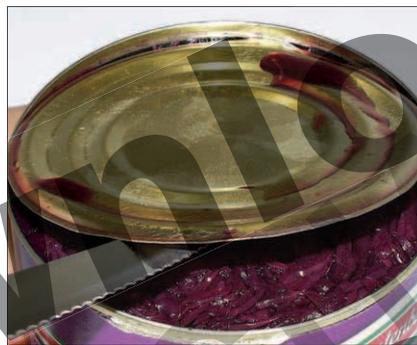
1 Dose Rotkohl



Arbeitsschritte



① Dose öffnen



② Deckel vorsichtig mit einem Messer anheben



③ Rotkohl in einen Topf geben



④ Herdplatte auf Stufe 2 einschalten



⑤ Topf schließen und Rotkohl zum Kochen bringen



⑥ Topf öffnen



⑦ Rotkohl umrühren



⑧ 1/2 Teelöffel (TL) Salz zugeben



⑨ Herdplatte ausschalten

ROTKOHL ②



⑩ Rotkohl löffelweise anrichten



⑪ Rotkohlsaft zugeben



⑫ Guten Appetit

Download
ZUR VOLLSTÄNDIGEN ANSICHT



netzwerk
lernen

D. Thoma-Heizmann/F. Strobel: Erbsen, Karotten, Rahmspinat und Rotkohl
© Persen Verlag GmbH, Buxtehude

zur Vollversion