

Zeitangabe 

Kosten  

Ernährungsinfos

Allergierisiken: Gluten, Milchprodukte

Alternativen für Allergiker zu den herkömmlichen Produkten: Ersetzen Sie die Nudeln durch glutenfreie Nudeln.

Ein wirklich guter Ersatz für Schmand und Schmelzkäse ist mir nicht bekannt, allenfalls kann man versuchen, die Soße mit Sojasahne zuzubereiten.

Das Rezept im Unterricht

Passende unterrichtliche Themen:

- Garverfahren
- Internationale Küche
- Fisch, speziell Thunfisch (verträgliche Fangmethoden)

Auch für dieses Rezept eignen sich kurze Nudeln am besten, damit die schwere Sauce sich gut aufnehmen lässt.



Einkaufsliste für 4 Gruppen

- 4 Dosen Thunfisch im eigenen Saft
- 4 Knoblauchzehen
- 1 kg kurze Nudeln
- 4 Dosen Pizzatomen
- 300 g Schmelzkäse
- 400 g Schmand
- 2 Töpfe Basilikum
- Zucker
- Salz, Pfeffer
- Öl