ANTI-MITTAGSTIEF TELLER

Sehr gut geeignet für besonders intensive Arbeitstage!

Zeitschätzung	Schwierigkeit	Ernährung
20 MIN	**SUPER EASY**	**VEGETARISCH**

DAS BRAUCHST DU

Für 2 Personen:

- 1 Simply Good Spicy Thai Wok
- 1 Hand voll Simply Good Jungspinat
- Simply Good hart gekochte Eier
- 150G gelbe Linsen
- Limettensaft einer Limette
- 1 EL Tahini
- 1 EL Honig
- Salz & Pfeffer

SO GELINGT'S DIR

1

Die Linsen nach Anweisung kochen bis sie weich sind.

2

Das Spicy Thai Wok Gemüse in einer Pfanne bei mittlerer Hitze anbraten und mit Salz & Pfeffer abschmecken.

3

Danach die Eier schälen und halbieren

4

Anschließend die Zutaten für das Dressing vermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken.

5

Die Zutaten auf einen Teller anrichten und den Anti-Mittagstief-Teller mit dem Tahini Dressing granieren und genießen.

6

TIPP: Wenn zu viel gekocht wurde, einfach die Zutaten in ein Glas schichten und am nächsten Tag mitnehmen

© Delikatessa Lebensmittel-Handels- und Erzeugungs-Gesellschaft m.b.H., 2025. All rights reserved.

ERHÄLTLICH BEI: BILLA & BILLA PLUS ADEG Sutterlüty