

Lunch (Wanderung) Vegetarisch by Dingo von Janick

Spielmann

Mengen für 5 Personen

Lunch, Mahlzeit ohne viel Aufwand

Tags: Einfach, Vegetarisch, günstig

Ausrüstung: Frischhaltefolie, Lunchsäckli

750 g Brot

1.5 Stück Gerber Käse

750 g Äpfel

100 g Schokolade

5.0 Stück Farmerstengel

500 g Rüeblen

50 g Baumnüsse

5.0 Stück Tomaten

0.5 Stück Salat

50 g Käsescheiben

100 g Mozzarella

In Lunchsäckli verpacken und mitgeben. -> Trinkflasche füllen (evtl. Tee dazustellen)