

Lagerkochbuch.ch



Vegi Fischstäbli mit Spinat und Reis

von Emanuel Wyss

Mengen für 10 Personen

50 Stück Fischstäbli	anbraten
1.0 dl Rapsöl	zum Anbraten
1.0 kg Wildreis	
1.5 kg Erbsen	Tiefkühl-Erbsen
1.0 kg Rahmspinat (gefroren)	OHNE RAHM
300 g Ketchup	3 grosse Tuben
1.0 Tube(265g) Mayonnaise	