



Ran an den Herd (1)

Karottensalat

Reis mit Fischfilet oder gebratene Tofuscheibe und **Zitronensoße**

Reis und Fisch/Tofu nach Belieben einkaufen/ zubereiten, Soße wärmen , Karottensalat dazu reichen und fertig 😊.

Kids-Tipp: Tisch decken und Reis nach Packungsbeilage kochen.