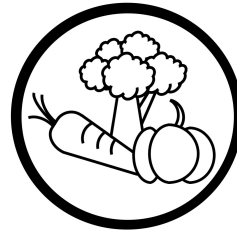
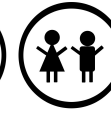


Bärlauch Mais-Schnitten



Vorbereitung
20 Minuten



Kinder
mögen es



Vegi



Gluten
frei



Laktose
frei

4 Portionen

200g Maisgriess
Bouillon

Maisgriess gemäss Packungsanleitung in der Bouillon kochen.

1 rote Peperoni
1 gelbe Peperoni
50g Bärlauch fein geschnitten
Salz und Pfeffer

In der Zwischenzeit die Paprika waschen, entkernen und in feine Würfel schneiden. Bärlauch in Streifen schneiden. Das Gemüse unter die warme Maismasse ziehen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Die Masse auf ein Blech streichen und kalt stellen. Du kannst nun Maiskuchen in Stücke schneiden oder bei einem eckigen Blech Würfel schneiden.

Kalt oder warm mit Salat geniessen.

