

VEGAN DINNER



VORSPEISE

AROMATISCHES MÖHREN-KOKOSSÜPPCHEN MIT INGWER

HAUPTSPEISE

ORIENTALISCHES LINSENCURRY AN LOCKEREM BASMATIREIS

DESSERT

SÜSSE MANDELPANACOTTA AN MANGOFRUCHTSPIEGEL

Viel Freude beim Zubereiten!



Zubereitung

1

Befülle einen großen Topf mit Wasser und bringe dieses zum Kochen. Nachdem das Wasser kocht, stell den Herd runter, damit das Wasser nur noch siedet.
Backofen auf 100°C vorheizen.

In der Zeit kannst du dir bereits folgende Dinge bereit legen:
1 kleinen Topf, 1 Schere, 1 Litermaß, Teller und Schüsseln (nach Personenanzahl)

Die Teller zum Erwärmen in den Backofen geben.

2

Die Möhren-Kokossuppe sowie Linsencurry in das Wasserbad geben. In den kleinen Topf ca. 300ml Wasser geben und den Reis darin kochen. Gegebenenfalls etwas Wasser nachziehen.

Nach 10-15 Minuten kann die Suppe aus dem Wasserbad genommen, in die Schüsseln gefüllt und direkt genossen werden.

3

Sobald der Reis fertig ist, diesen auf Tellern anrichten. Das Linsencurry aus dem Wasserbad nehmen und auf den Reis geben.

Das Dessert ist bereits verzehrfertig und bildet den perfekten Abschluss, ganz ohne weiteren Aufwand!

Guten Appetit!