

Menüplan LaLa 2016 - Würselen

Freitag Mittag

Chili con carne
Pizzabrötchen

Freitag Abends

Curry-Bratwurst
Pommes „Punkto“
Maiskolben vom Grill

Samstag Mittag

Schmorpfanne
Bratkartoffeln
Krautsalat

Samstag Landesvöllerei

Gurken-Paprika-Salat
Pfannkuchen mit Apfel

Sonntag Mittag

Apfel-Möhren-Salat
Rievkooche mit Zuckersirup

Sonntag Abends

Großes Reste-Menü



Zum Frühstück

Kaffee, Milch, Kakao, Saft
Cornflakes, Müsli
Brötchen, Brot
Käse, Wurst, Marmelade, PiGlü

Achtung:

**Beim Kochen, speziell mit Fett ist höchste
Vorsicht angesagt, da sich das Fett leicht
entzünden kann!**

Sicherheitshalber solltet Ihr einen passend
großen Deckel griffbereit haben, um
brennendes Fett ersticken zu können.

**Ein Löschversuch mit Wasser ist dagegen
lebensgefährlich!**

Deutsche Waldjugend
Horst Meinerzhagen
Horstleiter Dirk „Pünktchen“ Gerlach
58540 Meinerzhagen

Telefon +49 177 - 55 98582
Telefax +49 2354 -
E-Mail grulei@waldjugend-meinerzhagen.de
Internet www.waldjugend-meinerzhagen.de



Horst Meinerzhagen
Landesverband NRW e.V.

auf ins ABENTEUER!



Koch mit uns! Auf Lager & Fahrt!

Lasst Euch inspirieren, was außer
Reis und Nudeln noch so möglich ist!

2015: Pfannkuchen a la „Praktikant“

Zutaten (10 mittlere Pfannkuchen):

- 500g Mehl
- 600 ml Milch
- 5 Eier
- 2 Teelöffel Backpulver
- Prise Salz

Zubereitung:

Gut verrühren und in eine nicht zu heiße Pfanne geben.



2014: Pizza/ -brötchen a la „Praktikant“

Zutaten (2 Backbleche):

- 500g Mehl
- 300ml warme(!) Milch
- 1 halben Hefewürfel (in kleine Flocken reiben)
- etwas Sonnenblumenöl
- Knoblauchsatz und Pfeffer

Zubereitung:

Zutaten gut miteinander verkneten und den Teig abgedeckt an einem warmen Ort gehen lassen.

In 2 Hälften teilen, auf einer bemehlten Fläche ausrollen.

Backbleche entweder fetten und mehlen.

Als Belag z.B. 300g geschälte Tomaten zerdrücken & würzen.
Griebener Gouda drauf & Belag nach Wahl- Fertig!

2011: Rievkooche a la „Püktchen“

Zutaten (10 Portionen):

- 2,5 kg Kartoffeln
- 10 Zwiebeln
- 10 Eier
- Salz, Muskatnuss und Pfeffer
- Mehl oder Haferflocken

Zubereitung:

Kartoffeln & Zwiebeln reiben und mit Ei vermischen.

Nach einiger Zeit ziehen die Kartoffeln Wasser und dann kann man mit Haferflocken oder Mehl den Teig wieder eindicken.

Die Pfanne gut erhitzen und die Rievkooche cross backen. Tip: Nicht zu früh drehen, sonst fallen sie auseinander...

