

Gesund essen beim Camping



ISS DICH GESUND UND FASTE MIT GENUSS

Meine Basic Lebensmittel im Wohnmobil

- 🌱 Bio Suppenpulver oder selbstgemacht
- 🌱 getrocknete Kräuter und verschiedene Gewürze
- 🌱 Apfelessig und Olivenöl
- 🌱 kleine Portionen von Senf
- 🌱 Zuckerportionen
Weil wir sehr wenig Zucker brauchen, sammle ich immer die Zuckerpackerl wenn wir Kaffee trinken gehen. Ich komme damit im Wohnmobil sehr gut aus.
- 🌱 Backmischung für Kuchen im Omnia-Backofen.
Meist habe ich bereits zuhause eine fertig vorbereitet
- 🌱 Quinoa, Polenta, Couscous, Reis, Nudeln, rote Linsen
In kleinen Zippersäckchen vorbereitete Portionen. Dann scheppert nix und braucht nicht viel Platz
- 🌱 Tomaten, Bohnen und Kichererbsen in Dosen oder im Glas
- 🌱 Kokosnussmilch

Damit lassen sich schon ein Vielzahl von One-Pot Gerichten zaubern

Gutes Gelingen 🧑🍳