

Einkaufsliste

Sonnenblumenkernensuppe

4 Portionen

☐

300 g Kartoffeln

☐

150 g Rüebli

☐

150 g Lauch

☐

3 EL Biofarm Sonnenblumen-Bratöl

☐

1 ½ L Bouillon

☐

100 g Biofarm Sonnenblumenkerne

☐

Salz und Pfeffer

☐☐☐☐