

09:52 AM



Profil



Allergien



no go's



☐ Foto aufnehmen

☐ Rezeptvorschläge

☐ meine Rezepte

☐ Social Media

☐ Vorratsliste

☐ Einkaufsliste



09:52 AM



Vorratsliste

- ☐ Salat
- ☐ Tomaten
- ☐ Crème fraîche
- ☐ Vollrahm
- ☐ Pepperoni
- ☐ Milch
- ☐ Butter

Rezeptideen



09:52 AM



Rezeptvorschläge

Zutaten vorhanden



Zutaten unvollständig



Filter setzen



Vorspeise

Hauptspeise

Dessert



Filter zurücksetzen

09:52 AM



Einkaufsliste

- ☐ Salat
- ☐ Tomaten
- ☐ Crème fraîche
- ☐ Vollrahm
- ☐ Pepperoni
- ☐ Milch
- ☐ Butter

Rezeptideen



09:52 AM



Du hast...

- ☐ Salat
- ☐ Tomaten
- ☐ Crème fraiche
- ☐ Vollrahm
- ☐ Pepperoni
- ☐ Milch
- ☐ Butter

Du brauchst zusätzlich...

- ☐ Kartoffeln
- ☐ Salz
- ☐ Olivenöl
- ☐ Basilikum

Rezeptideen



09:52 AM



Merkliste



Schon gekocht



☐ zurück zu Profil

09:52 AM



Kartoffel-Erbesen-Gratin deluxe



20'

Komplexität: einfach



Nährwerte	g/100 g	g/30 g (ca. 3 Stück)
Energie	2101 kJ/502 kcal	629 kJ/150 kcal
Fett	23,4 g	7,0 g
davon gesättigte Fettsäuren	9,3 g	2,8 g
Kohlenhydrate	64,7 g	19,4 g
davon Zucker	26,2 g	7,9 g
Eiweiß	6,8 g	2,0 g
Salz	0,75 g	0,23 g

09:52 AM



Merkliste



Schon gekocht



Meine Galerie



☐ zurück zu Profil

09:52 AM



Meine Galerie



☐ ...

☐ ...

Fotos auf Instagram posten

