

z`vieri Anreisetag MD von Mario Dünki

Mengen für 10 Personen

Früchte je nach Saison

Ausrüstung: Lunchsäckli

3.0 Stück Bananen (Stk)

1.0 kg Äpfel

* 7.14 Stück Birnen

8.0 Stück Farmerstengel

1.0 kg Eisteepulver

1.0 Liter Wasser

1.0 Stück Kapselkaffee

* angenäherte Umrechnung, z.B. kg -> Stück / TL -> g