



Zmorge FiBrA von Livia Thut

Mengen für 23 Personen

1.84 kg Brot

184 g Margarine

115 g Konfitüre

460 g Nutella Palmölfrei (für Leitende: Lotuscreme)

690 g Knuspermüesli

18.4 Teebeutel Teebeutel

3.45 Liter Sojamilch

2.3 Liter Milch

1.15 kg Kaffee