

Zum Frühstück

Beitrag von „SunnyGS“ vom 16. März 2007 17:03

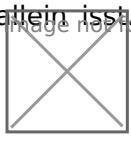
Ich plane jeden Morgen ca. 15 Minuten Küchenzeit ein. :O Brote schmieren, Dosen richten, Gemüse schneiden.

Hauptsächlich für meine Tochter, welche Frühstück und Vesper im Kindergarten isst.

Aber wenn ich einmal dabei bin, mache ich mir auch gleich 1-2 Brote und dazu eine Dose mit geschnittenem Obst und Gemüse. Meist so ca. 4 verschiedene Sorten.

Es lohnt sich aber halt nicht nen Apfel, eine Gurke, eine Paprika und einen Kohlrabi aufzuschneiden, wenn man nur ~~allein isst. Leg dir also ein Kind zu, da kommt die gesunde~~

Ernährung dann gleich von allein.



Oder du überzeugst deinen Freund/Mann davon, dass er sich auch ne Gemüsedose packt.



Liebe Grüße,
Sunny

Edit: Zu Hause esse ich dann noch nichts. Dafür reicht die Zeit nicht mehr. 😊 Die Brote gibt es um neun oder um zehn ... je nach Hungergefühl.