

# Mittagessen

**Beitrag von „Talida“ vom 30. September 2003 22:52**

Das spricht mir doch mal wieder aus der Seele. Musste richtig grinsen beim Lesen 😊

Ich produziere meine Restchen mittlerweile selber, obwohl die Kohlrouladen von Muttern dann doch wieder in meinem Tiefkühlfach landen. Also, meine bessere Hälfte und ich kochen gerne und ausgiebig am Wochenende und kalkulieren je ein oder zwei Portionen mehr ein, die ich mir dann im Laufe der Woche aufwärme. An einem oder zwei Tagen esse ich auch gerne Brot und Salat. Ich hole mir dann ein frisches Vollkornbrot und bereite mir einen großen Teller mit Käse, Tomaten etc. zu. Es muss richtig appetitlich aussehen, dann brauche ich auch nichts Warmes!

Damit die Fast-Food-Küche nicht allzu schlimm wird, füge ich bei manchen Gerichten einfach etwas frisches Gemüse hinzu oder esse einen Salat dazu.

Bin gespannt auf weitere Kochtipps ...

strucki