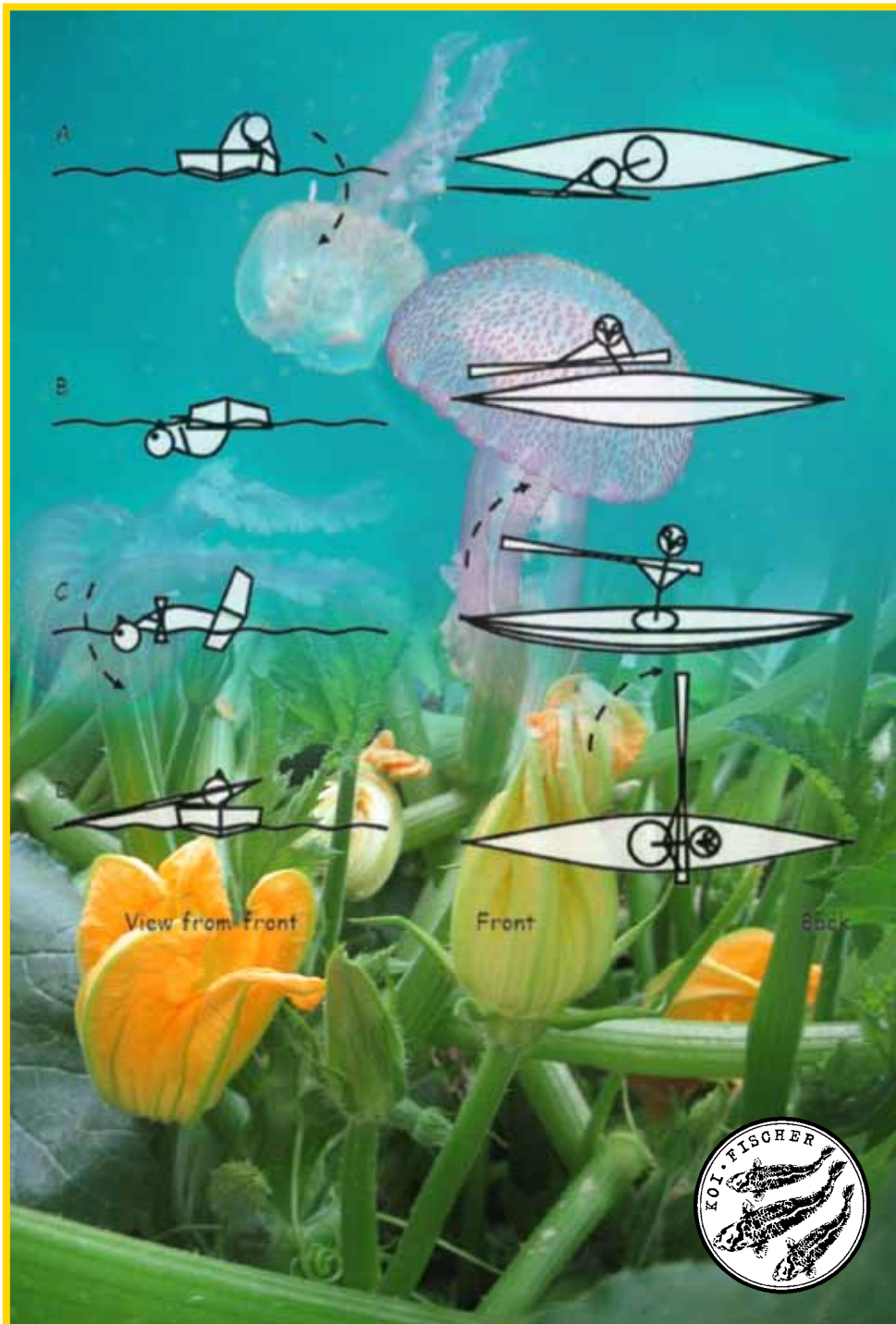




Wer die Wahl hat — hat die Quallen

Juni 2013

... Zucchini und andere Rollen ...

Zutaten: für 2 Ab-der-Rolle und 2 Eskimos

4 Zucchini, längs in feine Scheiben geschnitten

Parmesan, gerieben

feines Paniermehl

Basilikum, fein gezupft

Salz, Pfeffer

Zitronenschale, fein gerieben

Oliveöl

Zubereitung

... Die Zucchinis in Oliveöl anbraten bis sie weich sind, abkühlen lassen und mit Küchenpapier abtupfen ... Das Paniermehl mit dem Parmesan, den Zitronenschalen und dem Basilikum mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken ... Wenig Oliveöl begeben und die Mischung auf die Zucchinis verteilen ... Die Zucchini zu Involtnis zusammenrollen und mit einem Zahnstocher fixieren ...

Tipps:

... Schützen Sie sich vor Quallen und tarnen Sie sich mit einem Neoprenanzug (Da es Sommer ist, ausnahmsweise ohne Krawatte) ... Üben Sie die Eskimorolle ... Wenn Sie die Eskimorolle oder auch andere Rollen beherrschen, genießen Sie die Zucchini Involtnis mit einem Glas Weisswein ... Sollten Sie den Quallen doch zu nahe gekommen sein, übernehmen Sie die Rolle des Gequälten oder quallen Sie vor sich her ... Wünschen Sie eine andere Rolle oder eine Quallen App wenden Sie sich an folgende Adresse: info@koifischer.ch

Links

<http://www.youtube.com/watch?v=piAh7X3PI6Q>

<http://www.youtube.com/watch?v=tgS1O3GylAY>

<http://www.youtube.com/watch?v=3WQxQ-OgdL4>

<http://www.youtube.com/watch?v=PT4-rwlzq4Y>

<http://www.youtube.com/watch?v=6kBCxYA1jho>

<http://www.youtube.com/watch?v=3qlbPDOBxEM>

http://www.youtube.com/watch?v=o0GGWUR_x9Q

<http://www.youtube.com/watch?v=3GEYTHPGCsg>

HOTLINE: info@koifischer.ch

