

Für 4-5 Personen/ *For 4-5 persons*

Vorspeise/ Starter

Kartoffelsalat/ *potato salad*

Zutaten/ *Ingredients*

1 kg Kartoffeln/ *1kg potatoes*
250 gr. Möhren/ *250gr. carrots*
2 St. Cabanossi/ *2 pieces cabanossi*
1 Glas eingelegte Gurken/ *1 jar of pickled cucumbers*
4-5 St. Gekochte Eier/ *4-5 cooked eggs*
Mayonnaise/ *mayonnaise*



Zubereitung/ *Preparation*

Die Kartoffeln und Möhren werden geschält und klein geschnitten. Anschließend werden die Kartoffeln 15 min und die Möhren 10 min in heißem Salzwasser gekocht. Die Cabanossi, Gurken und Eier werden auch jeweils klein geschnitten. Zum Schluss alle Zutaten vorsichtig mit Mayo und ½ Teelöffel Salz mischen.

/

Peel and cut the potatoes and carrots into small pieces. Let the potatoes (15min) and carrots (10min) cook in salted water. In the next step cut Cabanossi, pickled cucumbers and eggs into small pieces. At the end mix all ingredients together with mayonnaise and ½ teaspoon of salt.

Hauptspeise/ Main dish

Mongolisches Nudelgericht „Tsuivan“ / *Mongolian pasta dish „Tsuivan“*

Zutaten/ *Ingredients*

400 gr. Weizenmehl/ *400 gr wheat flour*
180 ml Wasser/ *180 ml water*
1 Zwiebel/ *1 onion*
2 Knoblauchzehen/ *2 garlic cloves*
2-3 Kartoffeln/ *2-3 potatoes*
1-2 Möhren/ *1-2 carrots*
1 Bund Lauchzwiebeln/ *1 bunch of spring onions*
1 Packung Chilli / *1 package of chili*
400 gr. Rindfleisch/ *400 gr beef*
Schwarzer Pfeffer und Cayennepfeffer (rot)/ *black and red pepper*
Soyasauce (50ml)/ *soy sauce (50ml)*
Basilikum/ *basil*



Zubereitung/ *Preparation*

Zuerst den Teig aus Weizenmehl mit 180 ml Wasser vorbereiten. Das Mehl in eine Schüssel geben und in die Mitte eine Mulde drücken. 180 ml Wasser in die Mulde gießen und gut miteinander verkneten. Diesen vorbereiteten Teig zugedeckt an einem Ort ca. 15 min gehen lassen. Den Teig mit bemehlten Händen ca. 5 Minuten durchkneten bis er glatt und geschmeidig ist. Danach den Teig auf einer mit Mehl bestäubten Arbeitsfläche ausrollen bis ein großer dünner Teigfladen entsteht. Den dünnen Teigfladen mit etwas Öl bestreichen. Der Teig wird zu vielen Bandnudel zugeschnitten und in einem Dampftopf 10 min gedämpft.

Als nächstes werden Fleisch, Kartoffeln, Möhren lang und dünn, Zwiebel klein und Knoblauch sehr klein geschnitten. Die Zwiebel mit dem Knoblauch kurz andünsten, das Fleisch dazugeben, mit Salz 1,5 Teelöffel würzen und braten. Danach wird das Gemüse dazugegeben und in der Pfanne vermischt. Mit ½ Teelöffel Pfeffer (Schwarz und Rot), und je nach Geschmack 50 ml soy sauce und Basilikum würzen.

Zum Schluss Bandnudeln mit Gemüse und Fleisch mischen und noch die Lauchzwiebel und gegebenenfalls das Chili dazugeben.

/

First prepare the dough with wheat flour and 180 ml water. Put wheat flour into a bowl and make a hollow in the center. Pour 180 ml of water into the hollow and mix it well. Then cover the dough with a kitchen towel and let it rest for 15 minutes. Afterwards use a bit of flour on your hands and knead the dough for about 5 minutes until it's smooth. Sprinkle flour on a worktop and roll out the dough until it's flat. Add some oil on the dough. Then cut the dough into slim strips and steam in a steaming pot for 10 minutes. In the next step cut meat, potatoes and carrots into long and slim stripes. Cut onion and garlic into very small pieces. Steam onion and garlic in a pan and add meat with 1 ½ teaspoons of salt and fry all together. Soon afterwards add the vegetables into the pan. Season with ½ teaspoon of black and red pepper and add up to 50 ml of soy sauce and basil according to taste. At the end mix everything with the cooked pasta and add spring onion and chili according to taste.

Nachspeise/ Dessert

Joghurt mit Früchten/ *yoghurt with fruits*



Zutaten/ *Ingredients*

1 kg Joghurt/ 1 kg yoghurt

1 Tiefkühl Beerenmix 750 g/ 1 frozen berry mix 750 g

oder

Verschiedene frische Früchte klein geschnitten/ different kinds of fresh fruits cut in pieces

Nüsse/nuts

Honig zum Süßen/ honey for sweetening

Zubereitung/ *Preparation*

Eine Schale nach Belieben mit Joghurt befüllen. Anschließend je nach Geschmack den Joghurt mit einer Menge an Beeren/ Früchten mixen. Mit Nüssen bestreuen und nach Bedarf mit Honig süßen.

/

Fill a bowl with yoghurt. Then add mixed berries or other fruits according to your taste. Sprinkle with nuts and sweeten with honey if needed.