



Hallo liebe Mitgestalter,
hier ein paar kleine Hinweise zum Ausfüllen der Vorlage.
Wir wollen unsere besten Rezepte sammeln und zum Jahresende
ein gemeinsames „Kochbuch“ daraus erstellen.

Schön, wenn Ihr ein aktuelles Lieblingsrezept beschreibt.
Da wir in der Gruppe ja unterschiedliche Personen,
aber alle mit dem Adipositas Thema haben,
sind Angaben zu Portionen schwierig.
Daher gebt eher eine Gesamtgröße des fertigen Produktes an.
So z.B.

Salat: Schüssel in Größe
Kuchen: Blech / Kastenform o.ä.
Brot: Kastenform oder Grammangabe

Wenn Ihr habt, schickt auch gerne ein Foto mit.

Hinweis

Wer einen Rezeptbogen bei uns abgibt,
ist damit einverstanden, daß dieser im Rahmen unserer
Rezeptsammlung verarbeitet und veröffentlicht wird.

Abgabe der Bögen

bis **19.10.2026** bei einem Präsenztreffen oder
online an Adipositas-SHG-Leverkusen@gmx.de

