

Name

Datum

Blatt

1000g Tomate

2 Zwiebeln

2 ~~#~~ Knoblauchzehen

2 rote Paprika

2 Ei Olivenöl

3 Ei Tomatenmark

1 TL Kreuzkümmel

1 Ei Paprikapulver (edelsüß)

1 TL garam masala

1 Prise Zimt

Option Cayennepfeffer, Chilipulver
Salz

Pfeffer

4 Eier Zimmertemperatur