

---

Subject: wer kann hier kochen ?

Posted by [zagq](#) on Thu, 02 Nov 2006 21:42:10 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sind hier Leute unterwegs die kochen können ?

Ich muss in letzter Zeit ziemlich lang arbeiten und habe ab 18.00 (wie alle grossen Jungs) Kohldampf ! Wer hat Vorschläge für ein gesundes Abendessen im Büro, was man von zuhause mitnehmen und ggf. morgens vorbereiten kann.

Meine Idee waren Hühnchenteile mit bspw. Brot .... hat jemand ein gutes Rezept parat wie man Hühnchen vorbereiten und später kalt oder in der Mikrowelle aufgewärmt verzehren kann ?

Danke !!!!

---

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [user\\_23](#) on Thu, 02 Nov 2006 21:44:42 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich mach auch nur einfaches.

gute rezepte findest du auf [www.chefkoch.de](http://www.chefkoch.de)

---

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [Unkreativer](#) on Thu, 02 Nov 2006 21:45:09 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

zagq schrieb am Don, 02 November 2006 22:42 Sind hier Leute unterwegs die kochen können ?

Ich muss in letzter Zeit ziemlich lang arbeiten und habe ab 18.00 (wie alle grossen Jungs) Kohldampf ! Wer hat Vorschläge für ein gesundes Abendessen im Büro, was man von zuhause mitnehmen und ggf. morgens vorbereiten kann.

Meine Idee waren Hühnchenteile mit bspw. Brot .... hat jemand ein gutes Rezept parat wie man Hühnchen vorbereiten und später kalt oder in der Mikrowelle aufgewärmt verzehren kann ?

Danke !!!!

Ich habe mir da ab und an eine gebratene Nudeln gemacht und es in die Mikro gestellt. Das geht flott zuhause am Vortag und man kann gleich für 2-3 Tage was zusammenkochen. Und im Wok zubereitet ist es so gut wie fettfrei.

---

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [fuselkopf](#) on Thu, 02 Nov 2006 22:09:43 GMT

---

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Es gibt einen Unterschied zwischen "kochen" und "Essen machen", meiner Meinung nach ^^

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [Gast](#) on Thu, 02 Nov 2006 22:10:23 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

fuselkopf schrieb am Don, 02 November 2006 23:09Es gibt einen Unterschied zwischen "kochen" und "Essen machen", meiner Meinung nach ^^

erklären, bitte.

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [zagq](#) on Thu, 02 Nov 2006 22:15:02 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Na beim 'Essen machen' kommt es dir nicht auf das Geschmackserlebnis an sondern vielmehr etwas im Magen zu haben. Right ?

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [Gast](#) on Thu, 02 Nov 2006 22:22:19 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich höre immer wieder leute in restaurants auf die frage, ob das essen geschmeckt habe antworten "ja, ich bin satt." da stimmt doch was nicht...

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [Gast](#) on Thu, 02 Nov 2006 22:27:54 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

wenn du gute suppen kochen kannst (z.b. linsensuppen u.ä.) dann müsste das eine gute alternative sein, zu einem stück guten brotes.

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [glockenspiel](#) on Thu, 02 Nov 2006 22:34:48 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kaltes huhn klingt jedenfalls sehr gut...aber ich bin mir unsicher, ob man das extra "zubereiten" muss in dem sinn, dass man es auch kalt verspeisen kann...ich nehme an, es sollte wohl hautlos sein und eher ein teil von der brust

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [Headbanger](#) on Thu, 02 Nov 2006 22:58:15 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Man nehme eine medium Tupperbox,Oliven,halbe Zwiebel,Schafskäse.viertel Gurke,Tomate,Thermoflasche mit Schwarztee,Paar Scheiben Vollkornbrot, 1 Döschen Sardinen in Pflanzenöl,1oder 2 hart gekochte eier. Das ist das beste was man sich antun kann,unkompliziert, sehr mediterran,gesund und lecker, und vor allem alles drin was man(n) braucht!

Nachtrag: Zum Nachtsch Studentenfutter von Seedberger(ungeröstet und ohne Konservierungsstoffe), oder Trockenobst( am besten Feigen oder Datteln) .

P.S.: Noch viel ihr lernen müßt Nordmänner

---

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [Gast](#) on Thu, 02 Nov 2006 22:59:26 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich bin kein Nordmann, Du kaukasischer Krieger.

---

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [Headbanger](#) on Thu, 02 Nov 2006 23:05:51 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

sancho pansa schrieb am Don, 02 November 2006 23:59Ich bin kein Nordmann, Du kaukasischer Krieger.

LoL , das sagtest du bereits, und ich bemerkte es als du die Linsensuppe erwähntest, irgendwie sind da Südländer sehr empfindlich bei den Linsensuppen! Ich mein wir mögen sie püriert!

---

---

Subject: Re: wer kann hier kochen ?

Posted by [zagq](#) on Fri, 03 Nov 2006 06:00:46 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

guter tipp !

sancho pansa schrieb am Don, 02 November 2006 23:27wenn du gute suppen kochen kannst

---

(z.b. linsensuppen u.ä.) dann müsste das eine gute alternative sein, zu einem stück guten brotes.

---