

Favabohne ቆል

- Zwiebeln ሽጉርቲ
- Tomaten ኸሚደረ
- Spitzpaprika ፕፖርኒ
- Salz ጭው
- Zitrone ሎሚን
- Olivenöl ዘይቲ ኦሊቪያ



Alscha Gemüse አልጮ Zutaten

- Lauchzwiebeln ቀጠልያ ሽጉርቲ
- Karotten ካሮት
- Paprika Mix ፕቶሮኒ በቢዓይነቱ
- Weißkohl ካውሎ
- Zucchini ቱኸኒ
- Kartoffeln ድንሽ
- Salz ጨው
- Petersilie መረቅ አሕምልቲ
- Curry Ingwer ቀመም አልጮ



Silsi Scharfe Soße Zutaten

- Zwiebeln ሽፒርቲ
- Chilipaste ደልኸ
- Knoblauch ሽፒርቲ ጸዕዳ
- Tommaten ኾጦጃረ
- Kichererbsen ሽሮ
- ÖL Salz ዘይቲ ጨፍ



Timtimo Rotelinsen Gericht Zutaten

- Zwiebeln ሸደቲ
- Tommaten ኮጦጃረ
- Petersilie Ingwer መረቅ አገጥላቲ
- Rotelinsen ብርሻን
- Curry Öl ቀመም ኣፋፍኤ
- Salz ጨፍ



Zigni Dinisch (Kartoffeln) Zutaten

- Zwiebeln ሽጉርቲ
- Chilipaste ድልኽ
- Knoblauch ሽጉርቲጸዕዳ
- Tommaten ኮሚደረ
- Kartoffeln ድንሽ
- Salz ጨው
- Öl ዘይቲ



Schiro ሽሮ Zutaten

- Zwiebeln ሽፖርቲ
- Tomaten ፕሞጋዶረ
- Salz ጭጭ
- Öl ዘይት አላሽዖ
- Kichererbsen ዓተር ተጣሕነ



Injera ኢንጆራ

- Sauerteig
- Weizenmehl
- Fingerhirze
- Ode nur Teff



Okra ባምቦ Zutaten

- Zwiebeln ቁጥል ሸፈቲ
- Salz ጨው
- Tommaten ኮጣዶረ
- Gemüsebrühe ሙረቅ ኣካምብቲ



Zigni mit Rindfleisch/Huhn ዚግኒ ስጋ

- Zwiebeln ሽጉርቲ
- Chilipaste ደልኸ
- Knoblauch ሽጉርቲጻዕዳ
- Fleisch ስጋ
- Salz ጨው
- ÖL ዘይቲ

