



Was gibt's denn heute?

**schnell und „leckerli“**

Rezepte aus der eigenen Küche



**Rezept in PDF**

---

## **Buffalo-Picanha & -Nacken**

---

was sie dazu benötigen:

vom Bison

ca. 300 Gramm Picanha

ca. 350 Gramm Nacken

Salz

Pfeffer

Zwiebel

2Koblauchzehen

Rapsöl mit Buttergeschmack

2-3 Tomaten

für die Country-Kartoffeln:

---

<https://www.aphaug.de/Kochrezepte/>

<https://www.aphaug.de/Pilze/>



Was gibt's denn heute?

**schnell und „leckerli“**

Rezepte aus der eigenen Küche



---

**Rezept in PDF**

---

festkochenden Bratkartoffel pro Person 3-5  
Stück

Salz

Pfeffer

Zwiebel

Rapsöl mit Buttergeschmack

Soße aus dem Bratensaft kochen

Zwiebel

Tomaten

neutraler Soßenbinder

Guten Appetit!

---

<https://www.aphaug.de/Kochrezepte/>

<https://www.aphaug.de/Pilze/>