

Danke, dass du bei der *Healthy Campus Mainz – gesund studieren* Rezeptbox mitmachst! Schicke uns das **ausgefüllte Formular** an [**HCMRezeptbox@uni-mainz.de**](mailto:HCMRezeptbox@uni-mainz.de).

**Dein Vorname** Vorname

**Dein Studiengang** Studiengang

**Titel deines Gerichts** Titel des Gerichts

**Personenangabe** xx Personen / xx Portionen

**Zubereitungszeit** xx Minuten

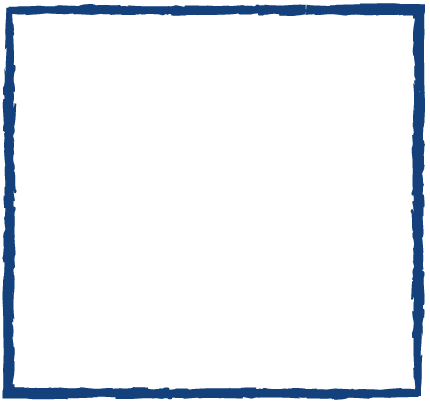
**Kurzer Slogan/ kurze Info** z.B. Lieblingsessen bei Oma, Gute-Laune-Essen

**Auflistung der Zutaten**

* Zutat
* Zutat
* Zutat
* Zutat
* Zutat
* Zutat
* Zutat
* Zutat
* Zutat
* Zutat

**Anleitung** (Zeichenanzahl auf 570 begrenzt)



Füge hier einen **Schnappschuss** deines Gerichts ein



**Das Rezept habe ich…**

… selbst kreiert oder von Freunden/Familienmitgliedern

… aus dem Internet

(aus urheberrechtlichen Gründen dürfen wir keine Rezepte veröffentlichen, die genauso im Internet von anderen veröffentlicht wurden)

**Das Rezept ist…**

Vegan

Veggie

Glutenfrei

Laktosefrei

**Ich stimme zu, dass mein Rezept auf der HCM Instagram Seite gepostet werden darf**

Ja

Nein

**Ich will an der HCM Rezeptbox Gewinnverlosung teilnehmen**

(diese findet am Ende jeder Jahreszeit statt und du wirst bei Gewinn von uns per E-Mail kontaktiert)

Ja

🡪 Falls **ja**, gib hierfür bitte deine E-Mail-Adresse an: deine E-Mail-Adresse

Nein

Vielen Dank für dein Rezept ☺