

INHALT

Basisrezepte

Hefeteig	6
Pieteig	8
Pastateig	10
Gemüsebrühe	12
Saucen	14
Gewürze & Kräuter	16

Für mich

Für den kleinen Verwöihnmoment Mediterraner Feta aus dem Ofen	20
Kindheitserinnerungen wecken Dreierlei Stullen	22
Glücksgefühle zum Feierabend Orientalischer Couscous-Salat	24
Sorgen vergessen Lachsquiche mit Lauch	26
Sich etwas Feines gönnen Currysuppe mit Reismudeln	28
Frühlingsgefühle wecken Spargeltaschen	30
Leichte Sommerküche Sommerrollensalat	32
Seelenwärmer Würziger Kartoffel-Pastinaken-Auflauf	34
Auszeit im Büro Schichtsalat im Glas	36
Low Carb Soulfood Zucchini-Cannelloni mit gerösteten Tomaten	38

Für den Gäste-Notfall Honig-Senf-Pitas	40
--	-----------

Zum Händewärmen Brokkoli-Cheddar-Suppe	42
--	-----------

Für dich

Viel Glück wünschen Schinken-Spinat-Törtchen	46
Den Liebsten etwas Gutes tun Kartoffel-Sticks	48
Besuch vom Gemüse-Fan Falafel-Burger	50
Geschenk aus dem Garten Frittata mit Gemüse	52
Würzige Weihnachtsgeschenke Gewürzmischungen	54
Eine Stütze in stressigen Zeiten Stromboli-Kräuterbrot	56
Sich für einen Gefallen revanchieren Herzhafte Waffelhäppchen	58
Leckere Umzugsküche One-Pot-Pasta	60
Große Gefühle zeigen Tomaten-Focaccia	62
Hurra, ich bin ein Schulkind! Gefüllte Schultüten-Sandwiches	64
Für laue Sommerabende Flammkuchen mit Zucchini	66
Asiatischer Besuch zu Gast Honig-Sesam-Lachs mit Nudeln	68

Wenn es Soulfood sein muss
Erbsensuppe 70

Sweet dreams are made of cheese
Käsenudeln mit Kräutern 72

Für uns

Den Herbstanfang feiern
Gefüllte Kürbisse 76

Hurray, it's Pizzaday!
Pizza mit Käserand 78

Die Freundschaft feiern
Parmesan-Ofenhühnchen 80

Mit einem Brunch das Wochenende
einläuten
Bagels mit Lachs und Schinken 82

Für die Silvesterparty
Aus dem Raclette-Pfännchen 84

Grill dich glücklich
Marinierte Grillspieße 86

Für ein Fußballfest
Burger-Sause 88

Schlemmeressen für die Familie
Hähnchenschenkel aus dem Ofen 90

Für den Roadtrip
Nudelnester mit Köttbullar 92

Für den Kinoabend zu Hause
Brezel-Bites mit Senf-Dip 94

Für kuschelige Wintertage
Pasta Ragout mit Chili 96

Für den großen Auftritt
Rinderfilet mit Ricotta-Ravioli 98

Für den Spieleabend
Mini-Hotdogs 100

Reisepläne schmieden
**Karibische Reispfanne
mit Mango-Salsa** 102

Basisrezepte

Cheesecake-Creme im Glas 104

Fruchtige Drinks 106

Register 108

Impressum 112