

4 Vorwort

HURRA, EIN FREIER NACHMITTAG!

14 Granola

18 Rote-Bete-Wasabi-Creme
Röstpaprika-Aufstrich
Orientalische Linsencreme

22 Gemüsechips

26 Amarettini

30 Sushi-Reis
Maki-Sushi

34 Macarons

40 Karamellbonbons

44 Gewürzmischungen

48 Knoblauch-Confit

52 Grüne Thai-Currypaste
Rote Thai-Currypaste
Gelbe indische Currypaste

58 Salzzitronen

62 Müsliriegel

66 Sriracha

70 Limoncello
Kaffeelikör

SCHÖNES WOCHEHENENDE!

76 Sauerteig
Sauerteigbrot

82 Frische Pasta

86 Ketchup

90 Tiefkühlpizza

94 Croissants

100 Nussmus

104 Hafer- und Dinkeldrink
aus Körnern
aus Flocken

ENDLICH FERIEN!

- | | | |
|-----|-------------------------------------------------------|---------------------------------------------|
| 108 | Apfelstrudel | |
| 114 | Räuchern im Wok | |
| 118 | Easypeasy Himbeerkonfitüre
Konfitüre mit Agar-Agar | |
| 122 | Quittenbrot
Pflaumenmus wie bei Oma | |
| 126 | Grundrezept Milcheis
Eiscreme-Variationen | |
| 130 | Erdnuss-Schoko-Riegel | |
| 134 | Gemüsebrühpulver
Gemüsewürzpaste | |
| 138 | Zimt-Walnuss-Babka | |
| 142 | Dünnes Knäckebrot
Schwedisches Lochbrot | |
| 146 | Körniger Senf
Feiner Senf | |
| 150 | Kichererbsen-Tofu | |
| 154 | Aromatisierte Salze | |
| 160 | Löffelbiskuits
Tiramisu | |
| | | 166 Gravlax |
| | | 170 Kombucha |
| | | 174 Ginger Beer |
| | | 178 Kimchi |
| | | 182 Kokosjoghurt |
| | | 186 Kräutertee |
| | | 192 Granatapfelsirup
Holunderbeerensirup |
| | | 196 Kandierter Ingwer |
| | | 200 Salz-Dill-Gurken |
| | | 204 Sprossen ziehen |
| | | 206 Rezeptregister |