

# INHALT

<b>Salate</b>	<b>4</b>
<b>Suppen &amp; Eintöpfe</b>	<b>18</b>
<b>Fleisch &amp; Fisch</b>	<b>30</b>
<b>Veggie-Gerichte</b>	<b>48</b>
Register	70
Allgemeine Hinweise	71
Impressum	72

# ALPHABETISCHES REGISTER

## B

Bratreis mit Pesto	60
Brotsalat italienische Art (Variante)	16
Brotsalat mit Bohnen	16
Bulgurpfanne mit Gemüse	62
Bunter Salat mit Maultaschen	4
Burger mit Hülsenfrucht-Pattys (Variante)	68
Burger mit Hülsenfrüchten	68

## C

Couscoussalat mit Linsen	8
--------------------------	---

## F

Feldsalat mit Maispfannkuchen	10
Feldsalat mit Wurzelgemüse (Variante)	10
Fenchelsalat mit Wurstklößchen	12
Filetschnitzel in Orangenrahm	30
Fleischkäseröllchen	34

## G

Gemüsecurry mit Eiern	64
Gemüsereis (Variante)	60
Gemüseschnitzel	50
Gemüsesuppe mit Chorizo	22
Gnocchi-Gratin mit Lachs	46

## H

Hähnchenbrust mit Mozzarella (Variante)	38
Hähnchenfilet auf Gemüse	38

## K

Kartoffelsuppe mit Köttbullar	18
Klassische Eierpfannkuchen (Variante)	54

## M

Mac 'n' Cheese One Pot	56
Medaillons in Senf-Salbei-Sauce	32
Möhrensuppe mit Kokosmilch (Variante)	24

## N

Nudeleintopf mit Chili	26
Nudelsalat mit Sesamdressing	6

## P

Paprikasuppe mit Käse-Crostini	20
Pasta-Gröstl mit Pinienkernen	58
Pfannkuchen mit Fetakäse	54
Putenspieße mit Erdnusssauce	40

## R

Ratatouille	28
Rindfleisch im Bagel	36
Rote-Bete-Gemüse (Variante)	66
Rote-Bete-Gratin mit Äpfeln	66

## S

Saltimbocca vom Seeteufel	44
Scaloppine mit Kürbisnudeln	42
Shakshuka mit Kartoffeln	48

## W

Wintersalat mit Nüssen und Käse	14
Wintersalat mit Ziegenkäse (Variante)	14
Wirsing-One-Pot (Variante)	56
Wrap-Pizza mit Rucola (Variante Bacon)	52

## Z

Zucchinisuppe mit Kokos	24
-------------------------	----