

Inhalt

| | | |
|--|----|--|
| Vorwort | 6 | BÉLINDA & BETINA |
| | | Porträt Betina |
| | | Rezepte: |
| | | Vietnamesische Frühlingsrollen mit Wasabi-Chili-Mayonnaise |
| | | Koreanderdip |
| | 8 | Erdnuss-Kokos-Dip |
| PIA & LUCIANO | | Energyballs |
| Porträt | 14 | Porträt Belinda |
| Rezepte: | 16 | Rezepte: |
| Auberginenauflauf Parmigiana & | 16 | Belindas Lieblingslinsensuppe |
| geröstete Auberginenstreifen | 17 | |
| Marinierte rote Paprika | | SOPHIA & LIBRO AZUL |
| Hühnchenrollen mit Parmaschinken | | Porträt |
| Griechischer Joghurt mit Honig und Pistazien | | Rezepte: |
| RALPH MÖRGENSTERN | | Kalte Rote-Bete-Suppe |
| Porträt | 18 | Süßkartoffeltortilla |
| Rezepte: | | Feigentarte |
| Bratkartoffeln | 24 | |
| Lammkotelett | 25 | STEFANIE & ANDREAS |
| Flaó | 26 | Porträt |
| MARTA & BEPPE | | Rezepte: |
| Porträt | 28 | Grüne Bohnen in Tomatensauce |
| Rezepte | | mit Paneer |
| Caponata mit Quinoa und Basilikumsauce | 34 | Kartoffelbällchen |
| Rosettas Hühnchenspezialität aus Gubbio | 36 | Pfefferminzchutney |
| Panncotta al Mango | 37 | Dal |
| YLVA | | |
| Porträt | 40 | PICKNICK IN DER HÖHLE |
| Rezepte: | | |
| Kürbisuppe | 52 | Porträt |
| Feigen-Apfel-Kuchen mit Vanilleeis | 55 | Rezepte: |
| Eingelegte Feigen | 55 | Erdbeer daiquiri |
| | | Caipirinha |
| | | |
| | | DEUTSCHE NATIONAL BIBLIOTHEK |

GINO

| | | | |
|--------------------------------------|-----|---|-----|
| Porträt | 114 | Gratinierte Scampi | 172 |
| Rezepte: | | Angelinas Spaghettini alla calabrese | 173 |
| Bruschetta | 124 | Vanilleporridge mit Erdbeeren und Chiasamen | 174 |
| Gefüllte und überbackene Champignons | 124 | Quinoasalat | 176 |
| Schwarze Oliventapenade | 127 | Spargelplatte | 177 |
| Zucchinicreme aus dem Baskenland | 127 | Sommernudelsalat | 178 |
| Ginos Pasta mit frischem Pesto | 129 | Pasta mit Brokkoli und Anchovis | 179 |
| Far de Bretagne | 130 | Kleiner Feigensnack | 179 |
| | | Fischsuppe nach mediterraner Art | 180 |
| | | Salamiröllchen | 181 |
| | | Tomaten-Brot-Salat | 182 |

PELUSH

| | | | |
|-----------------------------|-----|--------------------------------------|-----|
| Porträt | 132 | Joghurtmousse mit Limette | 183 |
| Rezepte: | | Orangen-Quark-Creme mit Mandelgebäck | 183 |
| Risotto mit grünem Spargel. | 144 | Koriander-Frischkäse-Creme | 184 |
| Paprikachutney | 145 | Thunfischcreme | 184 |
| Pasta mit frischen Kräutern | 146 | Gnocchetti sardi mit Basilikumpesto | 187 |
| | | Überbackene Jakobsmuscheln | 188 |
| | | Wolfsbarschfilet mit Reis und Gemüse | 188 |

ELKE & FAMILIE

| | | | |
|------------------------------|-----|---------------------------------|-----|
| Porträt | 148 | Tarte mit Ziegenkäse und Feigen | 189 |
| Rezepte: | | Basilikumsorbet | 189 |
| Blätterteigtaschen mit Käse | 158 | Orangen-Möhren-Cremesuppe | |
| Stefans Karottensalat | 158 | mit Kürbiskernöl | 190 |
| Pilzragout | 159 | Kräuterguacamole mit Tomaten | 191 |
| Hackbällchen mit Fetakäse | 160 | Green-Smoothie | 193 |
| Jahreszeiten-Quiche | 161 | Brot pudding | 193 |
| Happy-Hippie-Cake | 162 | | |
| Orientalischer Couscoussalat | 163 | | |

| | | | |
|---|-----|----------------|-----|
| Gudruns vegane Brokkoli rohkost | 164 | RUND UMS BUCH | |
| Cevapcici | 165 | Porträt Gato | 194 |
| Djuvecres | 165 | Porträt Simone | 196 |
| Mamas bester Hefe-Obst-Kuchen mit Streuseln | 166 | Adressen | 198 |
| | | Register | 200 |
| | | Danke | 202 |

WEITERE REZEPTE VON FREUNDEN

| | | | |
|-------------------------------------|-----|--|--|
| Lachscarpaccio mit Zitronendressing | 170 | | |
| Pasta "Bella Contadina" | 171 | | |