

INHALT

Mit nur einer Hand kochen? Ja klar, mit Hilfsmitteln!	5
Arbeitsgeräte	6
 SALATE & KLEINES	 8
Jamies Salat	10
Salatklassiker: Tomate & Gurke	12
Kartoffelsalat nach Johann Lafer	14
Nudelsalat mit Feta	16
Krabbencocktail & Senf-Honig-Dip	18
Tsatsiki	20
Erdnuss-Sauce	21
Tortillachips mit Rinderhack	22
 SUPPEN & EINTÖPFE	 24
Rinderbrühe	26
Gemüsebrühe aus Resten	28
Asiatische Nudelsuppe	30
Tomatencremesuppe	32
Brotsuppe aus dem Ofen	34
Curry-Suppe mit Pute	38
 PASTA & NUDELIGES	 40
Pasta fantastica mit Garnelen	42
Fixe Tomatensauce	44
Bolognese-Sauce	46
Spaghetti Carbonara	50
Grünes & rotes Pesto	52
Linsen mit Spätzle	54
Nudelpfanne mit Gemüse	56

VEGETARISCHE SATTMACHER	58
Chili sin carne	60
Champignons, gefüllt & überbacken	62
Eierkuchen mit Spinat & Feta	64
Gemüsecurry mit Kichererbsen	68
Risotto in Variationen	70
 FISCH, GEFLÜGEL, FLEISCH	 72
Mediterraner Fischtopf	74
Lachsschnitten aus dem Ofen	76
Buletten, Frikadellen, Klopse	80
Knabberhähnchen	82
Lammkronen mit Ofengemüse	84
Curry mit Schweinefleisch	88
Rindergulasch	90
 SÜSSES & KUCHEN	 92
Tiramisu	94
Panna cotta	96
Eierkuchen mit Blaubeeren	98
Erdbeerkonfitüre	100
Rhabarber- & Pflaumencrumble	104
Käsekuchen	106
 Rezepteverzeichnis alphabetisch	 108
Impressum	112
Danksagungen, Links	113