

# INHALT

Alles (oder fast alles), was Sie über Hochleistungsmixer wissen müssen	6
Selbst gemahlenes Mehl	14
Schneller Pizzateig	16
Buchweizen-Polenta mit Champignons	17
Nussmus & Co.	18
Veggie-Sahne und -Creme	20
Herzhafte Brotaufstriche	22
Crudités	24
Pastinaken-Pfannkuchen mit Coleslaw	26
Mousseline	28
Italienische Tomaten-Gewürzmischung	29
Vegane Milch	32
Smoothies	36
Rohköstliche Suppen	42
Heiße Gemüsesuppen	46
Erfrischender Gurken-Mojito	48
Citronnade	48
Frappuccino	50
Konfitüren und Fruchtmuse	54
Süße Brotaufstriche	56
Karamellisierte Apfelbutter mit salziger Note	58
Wärmender Erkältungstrunk	60
Torta caprese bianca	62
Crêpes	64
Schnelle Cremes zum Dessert	66
Vegane Obsttörtchen	68
Gewürzzucker	70
Sorbet	72
Verzeichnis der Rezepte	75
Literaturempfehlungen	76
Bezugsquellen	76