

Inhalt

Legen wir los: Ran an die Buletten – und zwar nach Pokémon-Art! ...**02**

Was du zum Kochen benötigst...**05**

Rockos Ratschlag: Die 5 Punkte des Kochens ...**06**

Teil 1: Chillige Party-Leckereien

Arceus-Spezialsandwich ...**10**

Strubbelohr-Pichu-Eierkuchen ...**11**

„Fröhliches Pikachu“-Kuchen ...**14**

Schokoladen-Incognito-Kekse ...**15**

Pokéball-Gelatine ...**16**

Regigigas ★ Reis ...**20**

Blubella-Chirashi-Sushi ...**21**

Klingplim-Sushi-Wrap ...**22**

Venuflibis-Kohl ...**26**

Knospi-Gemüseplatte ...**27**

Italienische Giratina-Pizza ...**28**

Teil 2: Dufte Mittagspause

Einfacher Omeletteis: Enton-Variante ...**32**

Einfacher Omeletteis: Pikachu-Variante ...**32**

Einfacher Omeletteis: Sonnenflora-Variante ...**32**

Grüner Shaymin-Salat ...**36**

Digda-Kartoffelfeld ...**37**

Pikachu-Maisauflauf ...**38**

Pikachu-Lunchbox ...**40**

Mampfexo-Lunchbox ...**41**

Kinoso-Kirschblüten-Lunchbox ...**44**

Pokéball-Sushi-Rolle ...**45**

Dreifarbige Burmy-Mochi...**46**

Pokéball-Sushi ...**48**

Pikachu-Sushi ...**49**

Teil 3: Schleckerfeiner Sommerspaß

Kalte Pikachu-Ramennudeln ...**52**

Karpador-Pasta ...**53**

Chelast-Fruchtjoghurt ...**54**

Wadribie-Bananentrifle ...**58**

Plinfa-Milchgelatine ...**59**

Driftlon-Wackelpudding ...**62**

Flegmon-Erdbeer-Mochi-Kugeln ...**63**

Teil 4: Pokémon All-Stars

Haspiror-Mini-Frikadellen ...**66**

Mauzi-Kartoffelpüree ...**67**

Panflam-Apfelkuchen ...**70**

Pikachu-Süßkartoffel ...**71**

Teddiursa-Pilzwald ...**74**

Mogelbaum-Herbstreis ...**75**

Quiekel-Ohagi ...**76**

Index nach Art der Speise ...**78**

Index nach Pokémon ...**79**

Kochtechnik, Lektion ①:

Eine Liste praktischer Zutaten ...**29**

Kochtechnik, Lektion ②:

Die Küchenwerkzeuge – nützliche Tipps ...**55**

Kochtechnik, Lektion ③:

Figuren kinderleicht gestalten ...**77**