

Inhalt

- 6 Clever kochen mit Basic-Zutaten**
Diese Zutaten gehören in den Vorratsschrank.
- 8 Fleisch & Geflügel**
Abwechslungsreiche Gerichte mit Tatar, Steak & Schnitzel.
- 52 Fisch & Meeresfrüchte**
Tolle Variationen aus dem Meer.
- 76 Veggie**
Viel knackig-frisches Gemüse.
- 108 Register**
Alle Rezepte übersichtlich nach SmartPoints sortiert und in alphabetischer Reihenfolge.
- 112 Impressum**