

# REZEPTE

# 13

## FRÜHLING

## 15

Bunter Feldsalat mit gebackenem Kürbis und Walnuss-Dressing	16
Quiche Lorraine mit Gruyère und Räuchertofu	18
Grilled-Cheese-Sandwich mit Bärlauch-Pesto	20
Gurken-Spinat-Salat mit Joghurt und Sesam	22
Cremige Polenta mit karamellisiertem Rübengemüse und Gorgonzola	24
Bunter Salat mit geröstetem Rosenkohl, Birne und Tête de Moine	26
Tagliatelle mit Lauch, Ricotta und Röstzwiebeln	28
Kichererbsen-Spinat-Pfanne mit Joghurt	30
Bärlauch-Risotto mit geschmorten Tomaten und Pinienkernen	32

Hefe-Teigtaschen mit Ricotta und Spinat	34
Rhabarber-Crumble	36
Gebackener Spargel mit Aioli	38
Erdbeer-Quark-Torte	40
Frittata aus dem Ofen	42
Grüner Spargel mit Basilikum-Hollandaise und Kräuterseitlingen	44
Rosinen-Zöpfe oder auch die perfekten Osterzöpfe	46
Tortellini vom Blech	48
Spinat-Semmelknödel mit Brösel-Butter	50
Cremige Käsespätzle	52
Einfache Quark-Tarte mit Rhabarber	54
Spargel-Kartoffel-Salat	56

## SUMMERTIME

### **... AND THE LIVING IS EASY** **58**

Riesen-Muschelnudeln mit Zitrone, Salbei und frischem Petersilien-Walnuss-Pesto	60
Vanillepudding mit Erdbeer-Rhabarber-Kompott	62
Kräuter-Fladenbrot mit Ziegenkäse und kunterbuntem Belag	64
Vegane Kokos-Zitronen-Muffins	66
Blumenkohl-Curry	68
Fluffiges Pfannen-Brot	70
Kartoffel-Fenchel-Gratin mit Gremolata	72
Gurken-Melonen-Salat mit Schafskäse und Dill	74
Dips und Saucen	76

Quinoa-Zucchini-Puffer mit Tomaten-Schmand-Dip	78
Kohlrabi-Körbe mit Couscous	80
Kartoffel-Rolle mit Mangold, getrockneten Tomaten und Pinienkernen	82
Bunter Wrap mit Tofu-Haselnuss-Nuggets	84
Himbeer-Lassi	86
Bunte-Bete-Carpaccio mit Orangen und Ziegenkäse	88
Spaghettini mit Erbsen-Pesto	90
Schnelle Tomaten-Tarte	92
Gegrillter Brokkoli-Kartoffel-Salat mit Schmand und Frühlingszwiebeln	94

<b>HERBST</b>	<b>96</b>	Petersilienwurzelsuppe	124
Flammkuchen mit Pfifferlingen	98	Einfaches Bauernbrot	126
Cremige Pasta mit Ziegenkäse, Kürbis und Rote-Bete-Chips	100	Pfannkuchen mit Pilzfüllung	128
Zwetschgen-Walnuss-Kuchen	102	Tofu-Bällchen aus dem Ofen	130
Herbstgemüse aus dem Ofen mit Ziegenfrischkäse und Feigen	104	Knoblauchbrot mit Pfifferlingen aus dem Ofen	132
Gnocchi mit Grillgemüse und Pesto Rosso	106	Gebackene Rote Bete mit Ricotta und Honig	134
Gefüllte Paprika mit Joghurt-Basilikum-Sauce	108	<b>WINTER</b>	<b>136</b>
Veganer Apfel-Streusel-Kuchen	110	Deftiger Grünkohl-Kartoffelauflauf mit Schafskäse	138
Ziegenkäse-Kartoffelklöße mit Füllung und Zwetschgensauce	112	Winterliche Pizza mit Schwarzwurzeln	140
Kürbisbrot mit Rosmarin und Nusskruste	114	Kaiserschmarrn	142
Grießnocken-Süppchen	116	Nussbraten	144
Kartoffel-Graupen-Eintopf mit grünen Bohnen	118	Braune Sauce	146
Auberginen-Maccheroni mit Tomatensauce und Schafskäse	120	Rote Linguine mit Walnuss-Crunch, Kresse und Zitrone	148
Kartoffel-Kürbis-Tortilla	122	Selleriecremesuppe mit Apfel und Maronen	150
		Quiche mit Rote Bete und Ziegenkäse	152
		Apfel-Zimt-Schnecken	154

Topinambursuppe mit Parmesan-Chips	156
Semmelknödel	158
Ravioli mit Rotkohl-Füllung	160
Bratapfel	162
Steckrüben-Limetten-Curry	164
Schupfnudeln mit geröstetem Rosenkohl	166
Gebrannte Mandeln	168
<b>REGISTER</b>	<b>170</b>
<b>DANKE ...</b>	<b>175</b>
<b>IMPRESSUM</b>	<b>176</b>