

# Inhalt

Ein paar Worte vorab .....	5
----------------------------	---

## Frühling

Leckeres von der Wiese: Löwenzahnideen .....	8
Frisch und würzig: Kräuter- und Blütensalz .....	10
Lecker gefüllte Rollen: Osterwraps .....	11
Muttertagsidee: Erdbeerpralinen .....	12
Ein besonderer Snack: Topfbrot .....	13
Butter mal anders: Tomaten- und Salbeibutter .....	14
Der Frühlingsklassiker: Rübli-Kuchen .....	16
Schneller Hefekranz fürs Osterbuffet: Unser Osternest .....	17
Leckeres vom Backblech: Rhababerkuchen .....	18
Nicht nur für Langohren: Möhrenmuffins .....	19
Schluss mit Frühjahrsmüdigkeit: Power-Vitaminsdrinks .....	20

## Sommer

Schnelle Beerenideen: Süße Früchtchen .....	24
Viermal Holunder: Holler die Waldfee .....	26
Cooler Drinks für heiße Tage: Frische Limo & Bowle .....	28
Sti(e)lvoll genießen: Schokoladenäpfel .....	30
Frisch & cremig: Frozen Joghurt .....	31
Leckere Rezepte mit Erdbeeren: Endlich Erdbeerzeit! .....	32
Eis ganz einfach selbst herstellen: Eiskalter Genuss .....	34
Eine Erfrischung mit dem gewissen Etwas: Vitaminwasser .....	36
Süßes Strandfeeling: Muschelkekse .....	37
Vegan genießen: Sommernudeln .....	38
Ganz ohne Fleisch: Pilz-Gyros mit Tsatsiki .....	40
Glückskekse als Glücksbringer: Viel Glück in der Schule! .....	41

# Herbst

Vier schnelle Apfelideen: Marmelade, Mus & Co. . . . .	44
Nahrung aus Wald und Hecke: Schlehen, Maronen und Bucheckern . . . . .	46
Eine Leckerei aus dem Herbstwald: Bucheckernkekse . . . . .	48
Der Herbstklassiker: Kurbissuppe. . . . .	49
Brotbackideen: Vollkornbrötchen und Weißbrot . . . . .	50
Leckere Ideen mit Nüssen: Herbstlicher Ge-Nuss . . . . .	52
Ein uraltes Rezept aus dem Eichenwald: Eichelbrot . . . . .	54
Kartoffeln in verschiedenen Variationen: Tolle Knolle . . . . .	56
Was Kräuterhexen schmeckt: Leckere Pilzrezepte . . . . .	58

# Winter

Aufwärm-Drinks für kalte Tage: Jetzt was Heißes? . . . . .	62
Für einen guten Start ins neue Jahr: Glücksschweinchen . . . . .	64
Ein schnell zubereiteter Nachtisch: Schneeballsuppe . . . . .	65
Kekse ganz ohne Backen: Plätzchen ohne Ofen. . . . .	66
Kekslollis für den Adventsteller: Plätzchen am Stiel . . . . .	68
Torte aus Eis und Schnee: Iglu-Kuchen . . . . .	70
Gesundes aus dem Backofen: Vegan knuspern . . . . .	72
Ein Gemeinschafts-Backkunstwerk: XL-Eiskristall. . . . .	74
Schnelle Hefeteighäuschen: Das ist das Haus vom Nikolaus . . . . .	75
Plätzchen für viel Handarbeit: Kneten, formen, ausstechen. . . . .	76
Fastnachtsleckereien für alle: Verrückte Muffins . . . . .	78