

VORWORT 7

Blitzschnell mit dem Thermomix

RUCK, ZUCK GEKOCHT 10

Die Rezepte

FRÜHSTÜCK 20

SUPPEN UND SALATE 32

HAUPTGERICHTE 48

DESSERTS UND SÜSSSPEISEN 72

GETRÄNKE, DIPS UND SNACKS 82

Extras

DER THERMOMIX-REZEPTBESCHLEUNIGER 12

EINKAUFSTIPPS FÜR DIE FEIERABENDKÜCHE 36

VORRATSKAMMER FÜR DIE BLITZKÜCHE 52

SCHNELLE MAHLZEITEN: SMOOTHIES 86

REZEPT- UND ZUTATENVERZEICHNIS 98