Inhalt

Auf ins Bibi & Tina-Kochabenteuer! 6

Rezepte vom Martinshof 9

Falkensteiner Gemüsetarte 10
One-Pot-Pasta 13
Holgers Bohnen-Eintopf 14
Gemüsepuffer à la Tina 17
Frau Martins Butterkuchen 18
Haferkekse 21
Pflaumenkuchen nach Martinshofart 22
Tierkekse zum Ausstechen 25
Original Falkensteiner Lebkuchen-Pferde 26
Selbst gemachte Zitronenlimonade 29
Apfel-Kräuter-Limonade 30

Frühstück mit der BFF 33

Heidelbeer-Buttermilch-Brötchen 35
Gesunde Apfelpfannkuchen 36
Selbst gemachtes Granola 39
Haferbrei mit Zimt und Banane 40
Tinas Joghurt-Bowl 43

Bibliografische Informationen
https://d-nb.info/1281034657

digitalisiert durch DEUTSCHE NATIONAL BIBLIOTHEK

Rührei wie auf dem Martinshof 44
Karamell-Brotaufstrich für Naschkätzchen ... 47
Susanne Martins Nuss-Nougat-Creme 48
Apfelgelee 51
Heidelbeer-Bananen-Smoothie 52
Grüner-Kiwi-Smoothie 55

Picknick mit Bibi und Tina 57

Bibis und Tinas Lieblingssandwiches 58
Blätterteig-Pizzaschnecken für Alex 61
Gefüllte Blätterteigtaschen 62
Bunter Nudelsalat 65
Vegetarische Wraps 66
Erdnussbutter-Bananen-Muffins 69
Mini-Gugel 70
Müsli-Nussecken 73

Leckeres von Schloss Falkenstein 75

Bunte Begrüßungscocktails 76
Das Blaue vom Himmel 76
Die grüne Wiese 76
Dagoberts Zucchini-Röllchen 79
Falkos Vanille-Kürbissuppe 80
Gräfliches Rahmgeschnetzeltes mit Spätzle ... 83
Kokosmousse mit Mandarinen 84

Lieblingsspeisen aus Falkenstein 87

Bibis Kartoffelbrei 88
Das Grundrezept 88
Apfel-Speck-Topping..... 90
Kürbiskern-Zwiebel-Topping..... 91
Tinas Spaghetti mit Gemüse-Bolognese..... 92
Alexanders Blumenkohl-Curry 95
Mikoschs ungarischer Sauerkrauteintopf..... 96
Bauernschmaus vom Mühlenhofbauern..... 99

Kräuter- und Gemüserezepte... 101

Gemüsepesto vom Birkenhof..... 102
Lindas Tomatenaufstrich..... 105
Löwenzahnsalat à la Weidenhofbäuerin..... 106
Kräuter-Gewürzpaste vom Weidenhof..... 109

Gesunde Snacks für Bibi, Tina und ihre Freunde..... 111

Himbeer-Energie-Bällchen
für Reitermädchen..... 112
Kokosbällchen für beste Freundinnen 115
Sesam-Müsliriegel für süße Stunden..... 116
Himbeer-Nussriegel für Reitausflüge 119

Snacks für die Pferdelieblinge 121

Karotten-Hafer-Snacks für Lieblingspferde ... 122
Apfel-Leckerlis für Amadeus und Sabrina 124
Bananen-Leckerlis für große und kleine Pferde 125
Apfel-Möhren-Pferde-Leckerlis 126

Tipps für eine Bibi & Tina-Party 129

Bibis Lieblingsmuffins 130
Hufeisen-Bienenstichkuchen 133
Bibi & Tina-Erdbeersahnetorte 137
Deko-Tipps für die Reiterhofparty 139