

INHALTSVERZEICHNIS

Vorwort	11
Basic & Legende	13

Vorspeisen 15

Eingelegte Zwiebeln	17
Eingelegte Paprikas	19
Hummus	21
Geröstete Tomaten mit Käsedip	23
Gebratene Paprika auf Joghurt-Schmand-Dip	25
Bruschetta mit Guacamole, Tomaten-Rucola-Salat und Sour Cream	27

Salate 29

Karottensalat mit Zucchini	31
Rote-Bete-Salat mit Joghurt	33
Kartoffelsalat	35
Kartoffel-Gurken-Salat	37
Grüner Linsensalat	39
Olivensalat	41
Salat mit Falafel und Sesam-Joghurt-Dressing	43
Caesar Salad mit Hähnchenspießen und Croûtons	47
Salatdressing 3 Varianten	49

Hauptspeisen 51

Geröstete Tomatensuppe mit Basilikum	53
Blumenkohlsuppe	55
Champignonsuppe mit Karotten	57
Fleischklößchensuppe mit Gemüse	59
Farfalle mit Spinatcreme	63
Gnocchipfanne mit Tomaten und Blattspinat	65
Pasta mit Mascarpone	67
Röstpaprika mit Penne	69
Gebratene Auberginen mit Kichererbsen	71
Kichererbsenpfanne im Backofen	73
Hähnchenpfanne mit getrockneten Tomaten und Spinat	75
Hähnchenfrikadellen mit Kartoffeln aus dem Ofen	77
Hähnchenschnitzel auf cremigen Gerstennudeln mit Gemüse	79
Frikadellen mit Soße	81
Gerstennudeln mit Fleisch und Gemüse	85
Kartoffelfrikadellen	87
Bauerntopf	89
Auberginen- und Zucchinirollchen mit Frikadellen	91
Türkisches Auberginengericht mit knusprigen Kartoffelsticks	95
Rinderbraten mit Sojasoße	99
Lachs in Kräuter-Sahne-Soße	103
Gebratener Kabeljau auf Gemüsebett	105

Gebäck

109

Kleine türkische Fladenbrote	111
Pfannenbrot Kleine Fladenbrote aus der Pfanne	115
Pizzabrötchen mit getrockneten Tomaten und Oliven	117
Knusprige Simits	119
Knuspriges Gebäck mit Dill und Käse	123
Kartoffelkuchen mit Naturjoghurt	125
Gerolltes Olivengebäck	127
Türkische Teigtaschen mit Käsefüllung	131
Gefüllte Muffins mit Pilzen	135

Kuchen und kleine Köstlichkeiten

139

Brownie-Cheesecake	141
Cheesecake mit Fruchtspiegel	143
Türkischer Grießkuchen mit Mohn	145
Karottenkuchen mit Milchpudding	149
Apfel-Walnuss-Kuchen	151
Zitronen-Mohnkuchen	155
Nutellaschnecken	157
Blaubeerstreuselmuffins	161
Mini-Brownies	165
Schoko-Cookies	169
Zitronenkekse mit weißer Schokolade	171
Zimtbällchen	175
Weißer Schokoladenpudding mit Sauerkirschsoße	177
Sultan-Lokumu Puddingdessert	179

Nachwort

183

Muhi	184
Davut	185
Jacky	186
Simone	187
Cyrus	188

Index

189