

Rose Marie & Thomas Donhauser

# Frische Joghurt Küche



SEEHAMER  
KOCHBUCH



# Inhalt

## Joghurt - der Muntermacher mit Kultur

joghurt-Power für den ganzen Tag:

**Frühstück, Getränke, Snacks** 10

Vitaminanstöße:

**Saite, Dressings, Fingerfood** 24

Zum Löffeln und für Zwischendurch:

**Süppchen und kleine Gaumenwirbel** 36

Gemüse, Fleisch, Fisch - aber immer mit Joghurt:

**Internationale Klassiker** 46

Süße Verführung mit Gesundheits-Charakter:

**Kuchen und leichte Desserts** 58

**Rezeptregister** 72

