

Blitzschnelle Rezepte

in Variationen

Einleitung 6



Vorspeisen 18



Nudeln, Kartoffeln und Co. 60



Fleisch, Geflügel und Fisch 90



Desserts 132



Rezeptverzeichnis 158

Rezeptverzeichnis

- BAGUETTE, BELEGT**32-35
- ... mit Hühnerbrust und Salat
 - ... mit Roastbeef und Gemüse überbacken
 - ... mit Parmaschinken, Camembert und Pfirsich
 - ... mit Bündner Fleisch, Birne und Kresse
 - ... mit Frischkäse, Lachs, Sprossen
- BLITZPIZZA**.....82-85
- ... mit Tomaten und Mozzarella
 - ... mit Serranoschinken und Gorgonzola
 - ... mit Ziegenkäse, Birnen und Honig
 - ... mit Artischocken und Oliven
 - ... mit Thunfisch und Zwiebeln
- BLITZTORTE**146-149
- ... mit Erdbeeren und Nüssen
 - ... mit Keksen und Mascarpone-Schoko-Creme
 - ... mit Blätterteig, Kirschen und Sahne
 - ... mit Löffelbiskuit, Ananas, Banane
 - ... mit Apfel, Nüssen und Zimt
- CARPACCIO**24-27
- ... mit Rindfleisch und Parmesan
 - ... mit Kalbfleisch und Kapern
 - ... mit Thunfisch und Limettendressing
 - ... mit Putenbrust und gerösteten Pinienkernen
 - ... mit Lachs und Meerrettichsahne
- CREMIGE SUPPE**36-39
- ... mit Tomaten und Ziegenkäse
 - ... mit Spargel und Schinkenstreifen
 - ... mit Zucchini und Croûtons
 - ... mit Kürbis und gerösteten Kürbiskernen
 - ... mit frischen Kräutern und Sahnehaube
 - ... mit Möhren, Orangen und Ingwer
 - ... mit Käse, Weißwein und Kerbel
- CROSTINI**.....40-43
- ... mit Tomaten und Knoblauch
 - ... mit Steinpilz-Champignoncreme
 - ... mit Geflügelleber und Kapern
 - ... mit Auberginenmus
 - ... mit Sardellencreme und Mozzarella
- CURRY**.....108-111
- ... mit Rind und Paprika
 - ... mit Schwein, Bambus und Tomaten
 - ... mit Huhn, Apfel und Minze
 - ... mit Fisch und Kartoffeln
 - ... mit Lamm, Aprikosen und Erdnüssen
- FISCH, GEGART**120-123
- ... mit Senf-Sahne-Sauce
 - ... mit asiatischer Marinade im Gemüsebett
 - ... mit Pistazien-Parmesan-Creme
 - ... mit Weinschaumsauce
 - ... mit Gemüsevinaigrette
 - ... mit Gurkengemüse
 - ... mit Kräuter-Bechamel-Sauce
- FISCHPFANNE**112-115
- ... mit buntem Gemüse
 - ... mit Parmaschinken und Möhren
 - ... mit Oliven, Brokkoli und Kirschtomaten
 - ... mit Ratatouillegemüse
 - ... mit Spinat und Kichererbsen
 - ... mit Sellerie, Ananas und Sprossen
 - ... mit Meeresfrüchten
- FRUCHTSALAT**142-145
- ... mit Melone und Erdbeeren
 - ... mit exotischen Früchten
 - ... mit Ricotta und Honig
 - ... mit Vanillejoghurt und Schokosplittern
 - ... mit Kirschen, Amarettini und Sahne
 - ... mit Beeren und Zabaione
 - ... mit Trauben und gerösteten Nüssen
- GEFLÜGEL**116-119
- ... mit Kräutern und Kirschtomaten
 - ... mit Kapern und Zitronen
 - ... mit Kräuter-Senf-Kruste
 - ... mit Schinken und Käse überbacken
 - ... mit Gemüsesalat
- GEMISCHTER SALAT**52-55
- ... mit Rucola ,Nüssen und Parmesan
 - ... mit Entenbrust und Orangenfilets
 - ... mit gebratenem Zander und Sprossen
 - ... mit Speck und Ziegenkäsebaguette
 - ... mit Gemüse und Feta
 - ... mit Pilzen, Parmesan und Knoblauchcroûtons
 - ... mit Kohl, Datteln und Äpfeln
- GEMÜSESUPPE, KALTE**56-59
- ... mit Paprika ,Tomaten und Gurke
 - ... mit Roter Bete und Crème fraîche
 - ... mit Gurken, Sellerie und Kresse
 - ... mit Mandeln und Knoblauch
 - ... mit Tomaten und Knoblauchcroûtons
- GESCHNETZELTES**124-127
- ... mit Champignons und Roter Bete (Boeuf Stroganoff)
 - ... mit Leber und Äpfeln
 - ... mit Ente und Paprika
 - ... mit Wurst und Käse
 - ... mit Kalbfleisch und Champignons
- HACKFLEISCHBÄLLCHEN**100-103
- ... mit Tomatensauce
 - ... mit Zwiebelsauce
 - ... mit Schafskäse gefüllt
 - ... mit Zwiebeln und Paprikagemüse
 - ... mit Ingwer und Soja
 - ... mit Sesamkruste
 - ... mit Spiegelei
- MINUTENSTEAKS**.....128-131
- ... mit Kräuterbutter
 - ... mit Rotwein-Pfeffer-Sauce
 - ... mit Backobst
 - ... mit Pilz-Zwiebel-Gemüse
 - ... mit Oliven-Anchovis-Butter
 - ... mit Kirschtomaten und Rauke
 - ... mit Käse-Kräuter-Kruste
- MOUSSE AU CHOCOLAT**138-141
- ... mit dunkler Schokolade
 - ... mit Aprikosen
 - ... mit Kokos-Joghurt
 - ... mit Kaffee
 - ... mit Mohn

NUDELN	62-69	REIS, GEBRATEN	74-77
... mit Schinken-Sahne-Sauce		... mit Zucchini und Paprika	
... mit Wildfleisch und Pilzen		... mit Hackfleisch und Balkangemüse	
... mit Garnelen und Kirschtomaten		... mit Wokgemüse	
... mit Ziegenkäse und Rucola		... mit Pute, Mandeln und Rosinen	
... mit grünem Frühlingsgemüse		... mit chinesischen Pilzen und Ingwer	
... mit Lachs-Sahne-Sauce		RISOTTO	70-73
... mit Morcheln und Trüffelöl		... mit Erbsen (Risi-Bisi)	
... mit Basilikumpesto		... mit Radicchio und Parmesan	
... mit Knoblauch und Öl		... mit Steinpilzen	
... mit rotem Pesto		... mit Kürbis	
... mit Butter und Parmesan		... mit Safran und Butter	
... mit Spinat und Chili		... mit Fenchel	
OMELETT	44-47	... mit weißem und grünen Spargel	
... mit gemischtem Gemüse		SCHNITZEL, PANIERT	92-95
... mit gebratenen Pfifferlingen und Kräutern		... Wiener Art	
... mit Schafskäse und Tomaten		... mit Kräuterpanade	
... mit Kartoffeln, Speck und Paprika		... mit Backpflaumen gefüllt	
... mit roten Zwiebeln, Knoblauch und Krabben		... mit Mandelpanade	
... mit Frühlingszwiebeln, Paprika und Koriander		... mit Chilipanade	
... mit Chili, roten Bohnen und Käse		SCHNITZEL	96-99
PELLKARTOFFELN	86-88	... mit Schinken und Salbei	
... mit Kräuterquark		... mit Thymian und Kapern	
... mit Eiern und grüner Sauce		... mit Gorgonzolasauce	
... mit Braten, Gurke und Ei		... mit Orangensauce	
... mit Speck und Fleischkäse		... mit Sherrysauce	
... mit Käse überbacken		... mit scharfer Sauce	
... mit Cabanossi		... mit Kirschsauce	
... im Speckmantel		SPIESSE VOM GRILL	20-23
PFANNENGEMÜSE	78-81	... mit marinierter Hähnchenbrust	
... mit Mandeln		... mit Hähnchen, Chili und Pilzen	
... mit Paprika und Rindfleischstreifen		... mit Garnelen, Knoblauch und Zitronengras	
... mit Glasnudeln, Zuckerschoten und Möhren		... mit Schweinefleisch und Frühlingszwiebeln	
... mit Brokkoli, Pilzen und Zucchini		... mit Fisch, Cocktailtomaten und Zucchini	
... mit Paksoi, Sprossen und Garnelen		... mit Putenbrust, Artischocken und Oliven	
... mit Weißkohl, Hackfleisch und Zwiebeln		... mit verschiedenen Gemüsesorten	
... mit Lauch, Nüssen und Tofu		TOAST	48-51
PFANNKUCHEN	154-157	... mit Käse und Schinken	
... mit Äpfeln		... mit Rinderschinken, Avocado und Brie	
... mit Blaubeeren		... mit Pfirsich, Ziegenkäse und Radicchio	
... mit Haselnusscreme und Sahne		... mit Mozzarella, Parmaschinken und Tomaten	
... mit Zwetschgenröster		... mit Hähnchenbrust, Mango und Käse	
... mit frischen Erdbeeren, flambiert		WAFFELN	134-137
PFANNKUCHENRÖLLCHEN	28-31	... mit Zimt und Zucker	
... mit Spinat und Frischkäse		... mit heißen Kirschen	
... mit Lachs und saurer Sahne		... mit Fruchteis	
... mit Thunfischcreme und Salat		... mit Apfelmus	
... mit gekochtem Schinken und Käse		... mit Pflaumenkompott	
... mit Spargel und Parmaschinken		... mit Schokosauce	
... mit Speck, Ziegenkäse und Ahornsirup		... mit gebackener Banane	
... mit Schafskäse, Tomaten und Gurken		WOKGERICHTE	104-107
QUARKSPEISE	150-153	... mit süß-saurer Sauce	
... mit Kiwi, Orangen und Bananen		... mit Rindfleisch und Zitronengras	
... mit gegrillter Ananas und Kokos		... mit Hähnchenfleisch und Bambussprossen	
... mit Vanille, Zimt und Kirschen		... mit Fisch, Papaya und Chili	
... mit Mascarpone und Biskuit		... mit Omelett, Glasnudeln und Koriander	
... mit exotischen Früchten und Cashewkernen		... mit Zuckerschoten, Brokkoli und Möhren	
... mit gemischten Beeren und Cantuccini		... mit Schweinefleisch, Sprossen und Shiitake	
... mit Schokostücken und Minze			