

# Rezepte

## Rezeptverzeichnis alphabetisch

### A

- 284 Äpller Macaroni
- 268 Ananas-Cashew-Reis
- 330 Apfelkuchen
- 168 Apfel-Linsen-Salat
- 355 Apfelmus
- 130 Auberginen-Minze-Creme

### B

- 129 Baba Ganoush
- 365 Baklava
- 135 Balsamico-Sauce
- 340 Banana Bread
  - 53 Bananen-Schoggi-Milchshake
- 354 Beeren-Seidentofu
  - 57 Birchermüesli
- 157 Birnel-Senf-Dressing
- 319 Blackies
- 313 Blitz-Brötchen
- 349 Blitz-Mangoglace
- 322 Blondies
- 179 Blumenkohl-Cranberry-Salat
- 357 Bread and Butter Pudding
  - 54 Breakfast Smoothie
- 360 Brombeer-Milchreis
- 321 Brownies
- 147 Bündner Gerstensuppe
- 247 Bunny Chow
- 298 Burger

### C

- 174 Caesar Salad
- 195 Casimir
- 336 Chai-Cookies
- 327 Chia-Beeren-Muffins
- 360 Chia-Kokos-Pudding
  - 58 Chia-Müesli
- 166 Chicken-Salat
- 159 Chicorée-Marroni-Salat
- 210 Chili sin Carne
- 288 Citrus Noodles
  - 97 Club-Sandwich
- 133 Cocktailsauce
- 190 Cole Slaw

- 335 Cookies
- 216 Cordon-bleu
- 251 Couscous
  - 71 Cranberry-Granola
  - 76 Crispy Tofu
- 140 Curry-Bananen-Suppe
- 121 Currysauce

### D

- 249 Dal
  - 78 Dattel-Brie-Crostini
- 124 Dattel-Chutney
- 285 Dinkel-Spätzli
- 106 Dushin Rothli

### E

- 162 Edamame-Salat
  - 72 Erdbeer-Bananen-Joghurt
  - 44 Erdbeer-Basilikum-Caipirinha
- 351 Erdbeer-Rhabarber-Kompott
- 157 Erdnuss-Dressing
- 366 Exotische Frühlingsrollen

### F

- 107 Falafel
- 120 Favabohnen-Mus
- 180 Federkohl-Apfel-Salat
- 314 Fladenbrot
  - 88 Flammkuchen
- 267 Fried Rice
- 315 Früchte-Nussbrot

### G

- 149 Gazpacho
- 283 Gehacktes mit Hörnli
- 153 Gemüsebouillon
  - 82 Gemüse-Chips
- 260 Gemüse-Paella
- 234 Gemüse-Piccata
- 296 Gemüse-Spiesse
  - 82 Gewürz-Nüssli
- 329 Gewürz-Schoggikuchen
- 132 Glücksrollen-Dip
- 280 Gnocchi

# Rezeptverzeichnis alphabetisch

41 Golden Smoothie  
350 Granatapfel-Granitè  
66 Granola-Riegel  
41 Green Smoothie  
167 Grüner Quinoa-Salat  
272 Grünes Pesto  
201 Grünes Thai-Curry  
118 Grüne Thai-Currypaste

## H

214 Hackbraten  
144 Harira-Suppe  
358 Heidelbeer-Haselnuss-Crumble  
48 Heisse Schoggi  
40 Herbst-Saft  
46 Himbeer-Lime-Limonade  
54 Himbeer-Milchshake  
72 Himbeerquark  
116 Hosomaki  
131 Hummus

## I

226 Indisches Jalfrezi  
165 Indonesia-Salat  
123 Ingwer-Raita  
156 Italienisches Dressing

## J

156 Joghurt-Kräuter-Dressing

## K

253 Kabuli Pilaf  
235 Kartoffelgratin  
80 Kartoffel-Halloumi-Plätzchen  
183 Kartoffelsalat  
240 Kartoffelstock  
84 Kartoffel-Wedges  
100 Kebab  
172 Kichererbsen-Harissa-Salat  
311 Knäckebrot  
212 Köttbullar  
125 Kokos-Chutney  
136 Kräutermargarine

160 Kürbis-Apfel-Salat  
139 Kürbis-Kokos-Suppe

## L

278 Lasagne  
227 Latkes  
264 Linsen-Eintopf

## M

254 Mais-Lauch-Plätzchen  
222 Malaysia Rendang  
123 Mango-Apfel-Chutney  
53 Mango-Lassi  
344 Mangomousse  
252 Marrakesch-Gemüse  
146 Marroni-Linsen-Suppe  
48 Masala Chai  
204 Matar Paneer  
136 Mayonnaise  
151 Minestrone

## N

196 Nasi Goreng  
185 Nüsslisalat  
328 Nussschnitte

## O

232 Ofengemüse  
99 Onion Rings  
42 Orangen-Eistee  
187 Orecchiette-Rucola-Salat

## P

287 Pad Thai  
104 Pakoras  
203 Palak Paneer  
199 Panaeng-Curry  
60 Pancakes  
297 Paneer-Spiesse  
74 Panko-Sticks  
346 Pannacotta  
248 Papaya-Süßkartoffel-Curry  
205 Paprika-Geschnetzeltes

46 Passionsfrucht-Limonade  
274 Penne Siciliana  
243 Peperoni-Apfel-Gulasch  
94 Pide  
236 Pilz-Stroganoff  
93 Pizza Margherita  
258 Polenta  
59 Porridge

## Q

109 Quiche Lorraine

## R

103 Randen-Cutlets  
188 Reissalat  
262 Risotto  
42 Rooibos-Eistee  
64 Rösti  
200 Rotes Thai-Curry  
118 Rote Thai-Currypaste  
337 Rüeblicake

## S

273 Safrannudeln  
145 Safran-Suppe  
105 Samosas  
301 Satay-Sauce  
301 Satay-Spiesse  
86 Schinkengipfeli  
95 Schnitzelbrot  
68 Schoggigipfeli  
323 Schoggikuchen  
343 Schoggimousse  
305 Sesam-Ingwer-Gemüse  
228 Shakshuka  
218 Shepherd's Pie  
345 Soja-Schoggimousse  
271 Spaghetti Carbonara  
244 Spargelfrikassee  
178 Spargel-Mango-Salat  
359 Sticky Rice  
289 Südindische Kokosnudeln  
225 Südindisches Avial

111 Sushi-Reis  
84 Süßkartoffel-Fries  
122 Sweet-Chili-Sauce

## T

171 Taboulè  
98 Tandoori-Sandwich  
208 Tatar  
303 Teriyaki-Pilze  
302 Teriyaki-Tofu-Spiesse  
290 Teriyaki Udon Noodles  
189 Thai-Gurkensalat  
223 Thai-Massaman-Curry  
352 Tiramisu  
308 Tod Man  
161 Tofu-Ceviche  
193 Tofu Sweet and Sour  
194 Tofu Tikka Masala  
173 Tomaten-Granatapfel-Salat  
142 Tomaten-Orangen-Suppe  
134 Tomatensauce  
141 Tom-Kha-Suppe  
40 Tuttifrutti-Saft

## U

112 Uramaki

## V

114 Vietnamesische Glücksrollen  
318 Vollkorn-Brioche

## W

184 Wurst-Käse-Salat

## Z

338 Zitronencake  
324 Zitronen-Cheesecake  
44 Zitronengras-Ingwer-Mojito  
307 Zitronengras-Tempeh  
312 Zopf  
238 Zucchetti-Schnitzel  
292 Zucchetti-Spaghetti  
206 Züri-Geschnetzeltes