

Kurztext

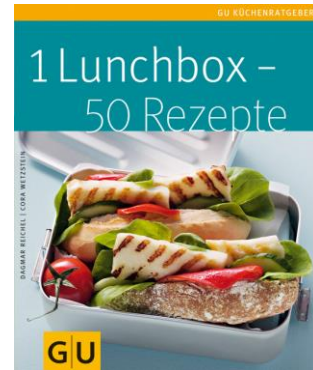
Cora Wetzstein / Dagmar Reichel

1 Lunchbox - 50 Rezepte

ePub

6,99 € (D) / 6,99 € (A) / 10,00 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-2967-3



Eine selbst mitgebrachte Brotzeit aus der Brotbox ist längst nicht mehr nur etwas für Kinder. Die Lunchbox ist mittlerweile überall gefragt, wo mittags nicht viel Zeit zum Kochen bleibt. Ein Mittagessen aus der Lunchbox lädt die Energiereserven für den restlichen Tag wieder auf. Ob Wiener-Würstchen-Salat mit Radieschen, Lachs-Tramezzini mit Wasabi-Creme, oder Ministrudel mit Mango und Schweinefleisch - es gibt über 40 abwechslungsreiche, leckere und gesunde Rezepte. Alle lassen sich in weniger als 30 Minuten vor- oder zubereiten und sicher in Folie, stylischem Aluminiumbehälter, Stapelbox, Schraubgläsern etc. in die Pause transportieren. Für einen warmen Mittagstisch lassen sich viele Gerichte im Nu erwärmen, aber sie schmecken kalt genau so gut. So kann nach der der Mittagspause wieder voll durchgestartet werden! Mit Tipps zur Auswahl der richtigen Lunchbox für jede Gelegenheit, Zeitspartricks, und feinen Zusatzrezepten für Aufstriche, Salatdressings und den Vorrat.