

Kurztext

Hildegard Möller

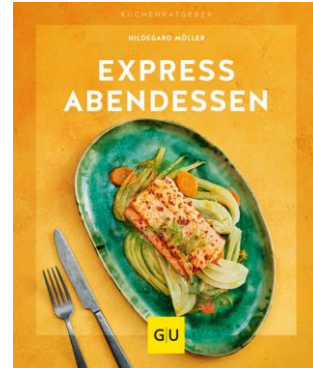
Express-Abendessen

64 Seiten, mit ca. 60 Farbfotos

Nicht definiert

9,99 € (D) / 10,30 € (A) / 14,50 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-7145-0



Feierabend! Schnell nach Hause! Wer möchte sich jetzt am liebsten nicht direkt aufs Sofa beamen, sich´s relaxed gemütlich machen mit einem Abendessen? Back me up! – heißt das Codewort für entspannten Feierabendgenuss: Eine clevere Grundausstattung aus TK-Zutaten, Nüssen, getrockneten Pilzen, Kokosmilch, Parmesan oder Dosentomaten reicht als Back-Up aus, um mit den einfachen, kreativen Rezepten der Express-Abendessen in Lichtgeschwindigkeit etwas Leckerleichtes auf den Abendbrottisch zu zaubern. Schnell von unterwegs noch Fisch, Salat oder etwas Fleisch mitgebracht, schon kann´s losgehen mit ultrafixen Nullkommanix-Gerichten wie Hähnchen-Couscous-Pfanne, Chorizo-Rühreier, Blitzpasta mit Tomaten-Auberginen-Sugo, Salat-Bowl mit Quinoa oder Marokkanischer Kichererbsensuppe. Vom Salat bis zu Sandwiches und Wraps, Suppen, Pasta, Reis-, Fisch- und Fleischgerichten reicht das Universum der Möglichkeiten. Wenig Schnippeln, kurze Garzeit und alles so anfänger- wie gästetauglich – galaktisch!