

Dr. Oetker

# GRUND KOCH BUCH

Kochen lernen Schritt für Schritt

## SALATE



Dr. Oetker Verlag

Dr. Oetker

# GRUND KOCH BUCH

Kochen lernen Schritt für Schritt

**SALATE**

# VORWORT

Nur Mut – kochen Sie doch einfach mal! Vielleicht als Vorspeise Apfelpuffer mit Lachstatar oder eine leckere Minestrone? Danach ausgebackenen Fisch in Teig oder Hähnchenbrust mit Mozzarella? Es gibt so viele tolle Gerichte – probieren Sie es einfach aus.

Mit dem Dr. Oetker Grundkochbuch schaffen Sie das garantiert. Wir helfen Ihnen, von Anfang an gut kochen zu lernen. Alle Rezepte sind verständlich erklärt und mit „Schritt-für-Schritt“-Fotos illustriert. Sämtliche Rezeptzutaten werden übersichtlich abgebildet und hilfreiche Tricks machen das komplett neue Dr. Oetker Grundkochbuch zum idealen Partner für Anfänger und Koch-Profis.

Viele Informationen helfen Ihnen: von Einkaufstipps und Portionsgrößen über Herdarten und Garmethoden bis zu Küchenbegriffen und Würztipps.

Das Grundkochbuch wird durch eine exklusive Website ergänzt, für die Sie Ihren individuellen Zugangscode anfordern können\*. So haben Sie die Möglichkeit sich über 30 Videos zu Rezepten und Garmethoden anzusehen, die Einkaufslistenfunktionen zu nutzen, sowie Menüvorschläge und ergänzende Küchentipps abzurufen.

Dies ist ein kapitelbezogener Ausschnitt der Gesamtversion des Grundkochbuches. Das Grundkochbuch ist in diesem eBook-Format sowohl als Gesamtversion erhältlich, als auch auszugsweise in einzelnen Kapiteln.

Weitere Informationen zum Grundkochbuch, zur exklusiven Website, zur Gratis-App und den eBooks erhalten Sie unter [oetker-grundkochbuch.de](http://oetker-grundkochbuch.de).

\* So erhalte ich meinen individuellen Zugangscode:  
*Nach dem Kauf dieses eBooks (egal ob ePub 2 oder ePub 3-Format) fordern Sie bitte den Code beim Verlag an. Leiten Sie dazu die E-Mail mit der Nachricht zur Kaufbestätigung Ihres eBook-Anbieters an [knapmeier@oetker-verlag.de](mailto:knapmeier@oetker-verlag.de) weiter.*



# SALATE

Knackige kalorienarme Kombinationskünstler – frischer und gesünder kann man sich gar nicht ernähren. Wenn Sie sie schonend behandeln und mit harmonischen Dressings verfeinern, ist der Genuss garantiert. Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt: Blattsalate mischen oder mit Gemüse kombinieren, als Hauptgericht, Beilage oder kleinen Snack genießen und vor allem nicht lange warten. Je frischer, desto besser. Anmachen, anrichten, anfangen.

# RATGEBER **Salate**

**IMMER WIEDER ANDERS. JEDES DRESSING SCHAFFT NEUE GESCHMACKSERLEBNISSE.**



## **MISCHEN POSSIBLE**

Sie können Salat ganz individuell zubereiten und je nach Geschmack „aufpeppen“ – mit Käsestreifen, Eierscheiben, Dosenmais, fertig gegarten Hähnchenstreifen, Tunfisch- oder Wurststückchen, Nüssen, Samen und vielen anderen