

Margit Proebst

Und was koche ich heute?

Einfache, leckere Rezepte für Einen



G|U

Margit Proebst

Und was koche ich heute?

Einfache, leckere Rezepte für Einen



G|U

Inhalt

Vorwort

Lachstartelette

Spätzle mit Pilzrahm

Gebratene Nudeln

Putenröllchen

Balsamicoschnitzel

Brotsuppe mit Ei

Quarktäschchen

Gemüsepfanne mit Sesamtofu

Tortellinialat

Gebratener Reis

Kokos-Panna-Cotta mit Mango

Lachs mit Kohlrabi

Schinkentäschchen mit Tomaten

Blumenkohl-Erbesen-Curry

Orientalische Hühnersuppe

Nudeltortilla

Spargelsalat mit Kresse

Schoko-Bananen-Quark

Tofucurry

Filet im Blätterteig

Tomaten-Kokos-Suppe

Kartoffel-Spinat-Gratin

Spaghettini mit Thunfischsauce

Kichererbsen-Spinat-Suppe

Fisch mit Gurkensauce

Bananentrifle im Glas

Hähncheneintopf mit Zucchini

Garnelensandwich

Couscous-Pfanne

Beerencrème mit Walnusskrokant

Buchhinweis

Impressum

Garantie

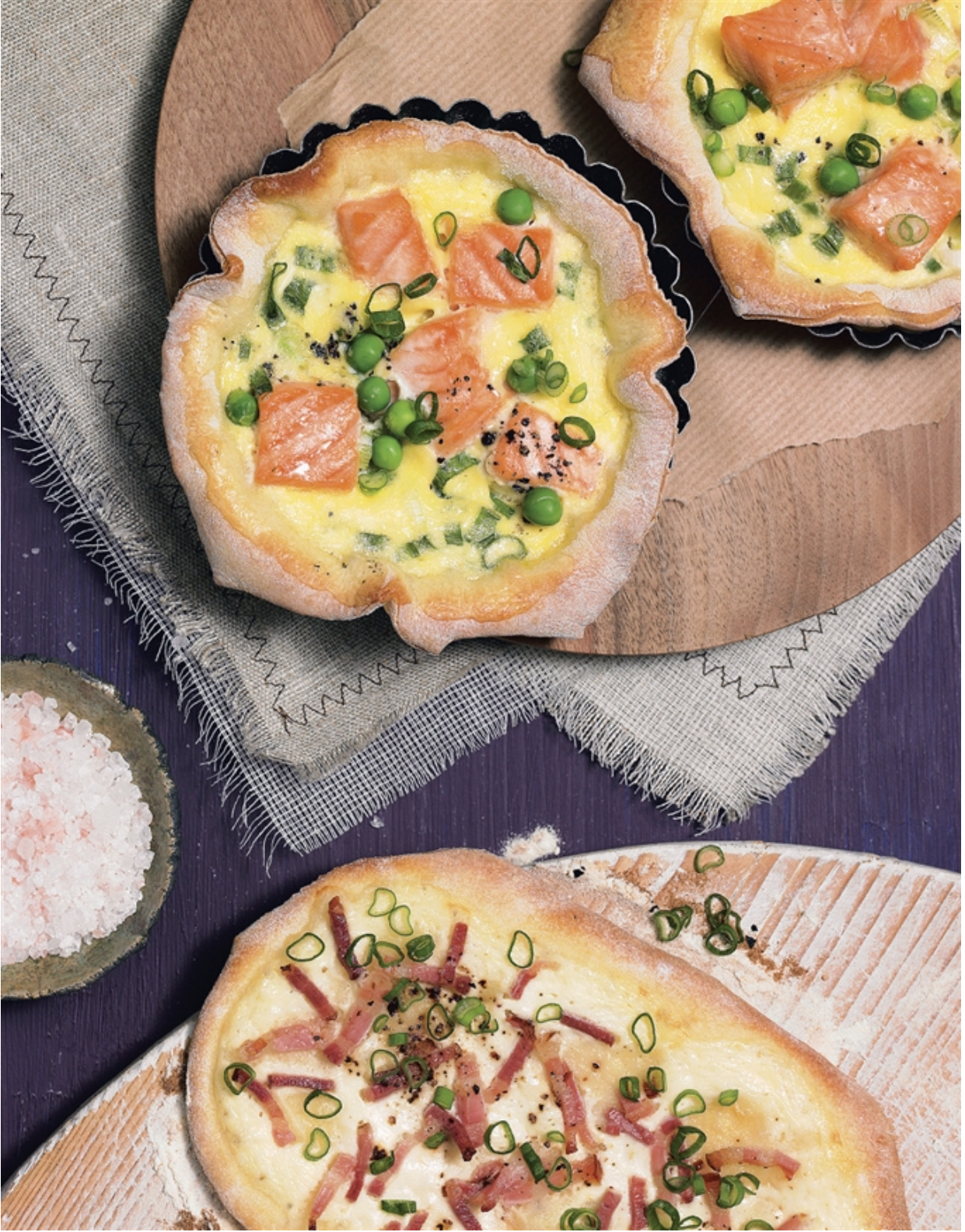
Anzeige

Vorwort

Lachstartelette, Kokos-Panna-Cotta mit Mango, Kartoffel-Spinat-Gratin – hier wird querbeet alles für eine Person auf den Tisch gebracht, was herrlich duftet lecker schmeckt. Wir in der Redaktion haben nicht nur die besten Rezepte für dieses E-Book ausgewählt, sondern auch großen Wert darauf gelegt, dass die Rezepte einfach gelingen. Nach einem anstrengenden Tag kann so das Essen ruck, zuck auf dem Tisch stehen, auch wenn Sie erst auf dem Nachhauseweg im E-Book nach etwas Leckerem suchen. Und da die Rezepte alle in der Redaktion getestet wurden, können wir das sichere Gelingen garantieren.

Einen guten Appetit wünscht

die Redaktion Kochen und Verwöhnen



Feines für Gäste