Rezeptregister

Süßspeisen

Apfel-Birnen Crumble ... 52
Apfelkuchen ... 94
Apfelpfannkuchen nach Art des Jurek ... 112
Aprikosentaschen ... 18
Bunte Amerikaner ... 98
Bunte Frühlings-Amerikaner ... 82
Buttermilchwaffeln mit Apfelkompott ... 78
Crunchy-Früchte-Joghurt ... 63
Einfacher Müsli-Riegel ... 73
Eisenbahn-Kuchen ... 97
Energiekugeln ... 43
Energiekugeln ... 130
Erdbeereis ... 75
Fantakuchen ... 117
Fantasietierchen ... 110
Fischers Fritze ... 115
Frucht-Vanille-Quark ... 34
Gemüse-Quiche-Gesichter ... 119
Goldtaler ... 24
Grüne Muffins ... 27
Haferflocken-Pancakes mit Apfelmus ... 123
Himbeertraum ... 19
Im Regenbogenland-Eis ... 64
Kinderkekse am Stiel ... 104
Kirschauflauf á la Rasselbande ... 39
Knuspermüsli ... 29
Knuspermüsli ohne Zucker ... 88
Kunterbunte Cake-Pops ... 20
Mandarinen-Schoko-Muffins ... 71
Marmeladenaufstrich zuckerfrei ... 105
Mini-Käsekuchen (glutenfrei) ... 13
Müsli-Quarkkugeln ... 25
Obst-Pfau ... 69
Pesto-Rollen-Brot ... 133
Pflaumenmuskuchen ... 14
Puddingpizza ... 77
Quarkspeise geschichtet ... 23
Rabenkraftfutter vegan ... 38
Regenbogenkuchen ... 80
Regenbogenkuchen ... 99
Saftiger Möhrenkuchen ... 102
Schneeweißchen und Rosenrot Auflauf ... 116
Schoko-Birnen-Kuchen ... 47
Schokopralinen mit bunten Streuseln ... 45
Süße Hefebrezel ... 79
Süße Spagetti-Creme ... 92
Süßsaure Muffin-Schnecken ... 128
Ungarische Schokokeksbällchen ... 132
Waffelbecherkuchen ... 15
Waffelküchlein ... 26
Waffelmuffins ... 59
Zauberstäbe ... 57

Deftige Gerichte

Auflauf mit Rösti, Brokkoli, Gehacktes und Hollandaise ... 58
Bärenhöhlensteine im Kräutersumpf ... 36
Bärlauch Gnocci ... 129
Charlys deftige Knack & Back Muffins ... 56
Chicken Nuggets mit Kartoffelbrei und Tomaten-Mozzarella-Salat ... 86
China-Pfanne ... 42
Deutsches Kürbiskernbrot ... 125
Dinkelpfannkuchen mit Äpfel ... 54
Dinkelspätzle mit Linsenbolognese ... 55
Frikadellenköpfe mit bunten Spargelknusper ... 118
Frischer Nudelsalat ... 70
Fruchtiges Hähnchencurry mit Pfirsichen ... 122
Gedrehte Pizzastangen ... 66
Gemüsekrokodil mit Dip ... 61
Hackfleisch-Schildkröte ... 31
Hähnchen Tajin ... 100
Hähnchen-Bissen ... 126
Hausgemachtes Baguette mit Aufstrich ... 22
Hefebrot mit frischer Butter und Kresse ... 134
Italienisches Ciabatta-Brot ... 124
Karottenbrot ... 95
Kartoffel-Curry-Rösti mit Jogurth-Möhren-Dip ... 87
Käsefüße mit Kräuterdip ... 76
Käse-Schinken-Waffeln mit Kräuterdip ... 103
Knusperbrot als Cracker ... 108
Knusprik-leichte Chicken Nuggets ... 106
Kunterbunter Nudelsalat ... 21
Kunterbuntes Durcheinander ... 41
Leckeres Bananenbrot ... 136
Lustige Pizzagesichter ... 83
Mini-Quiche ... 107
Möhrenkürbis mit Süßkartoffelgratin ... 53
Nudeln mit leckerer schneller Tomatensoße ... 12
Nutella-Bananen-Blätterteigring ... 32

Rezeptregister

Ofen-Frikadellen mit Kartoffelspalten und Gemüse-Quark ... 138
Picknick-Raupen ... 127
Pizza in der Krippe ... 84
Pizzabrötchen ... 50
Pizzabrötchen ... 85
Pizzabrötchen ... 49
Pizzamuffins mit Blätterteig ... 93
Pizzamuffins mit Kräuter-Dip ... 35
Pizzaspieße ... 60
Pommes á la Mondgruppe ... 111
Pommes-Allerlei mit Fischnuggets und Kräuterdip ... 44
Quallewürstchen auf Algensalat ... 40
Schinken-Käse-Muffins ... 16
Schlingel-Schlangen-Wurst ... 65
Schmetterlings-Pfannkuchen ... 90
Selbstgemachter Mozzarella ... 135
Sonnennudeln ... 113
Spagettinester mit Tomatensoße ... 91
Spaghetti-Konfetti-Salat ... 139
Spinatknödel mit Rote Beete-Salat ... 37
Vegetarischer Burger ... 30
Wrap-Schnecken mit Frischkäse ... 68
Würstchen im Schlafrock mit Tomatendip ... 74
Zucchinipuffer mit Apfelmus ... 109

Suppen und Shakes

Bananen-Milch-Shake oder Beeren-Milch-Shake ... 131
Bunter Eintopf ... 72
Bunter Nudelsalat mit Möhrenrösti ... 46
Drachensuppe (Broccolicremesuppe) ... 51
Frühlingssuppe ... 120
Gemüsesuppe ... 96
Karotten-Kiwi-Bananen-Smoothie ... 48
Karotten-Süßkartoffel-Suppe ... 62
Kartoffelsuppe ... 67
Kartoffelsuppe ... 17
Kartoffelsuppe ... 81
Kartoffelsuppe „Smily Suppe" ... 121
Kunterbunte Punktesuppe ... 137
Linsensuppe des Orients ... 101
Reitersuppe ... 114
Smoothie de luxe ... 33
Tomatensuppe mit Croutons ... 89
Wintergemüsesuppe ... 28

Rezeptnotiz ... 140
Bundeszentrum für Ernährung (BZfE) ... 146
Tischsprüche ... 147
Deutsches Obst & Gemüse. Wann gibt es was? ... 148
Rezeptregister ... 150
Einrichtungsregister ... 152
Mitmachbeschreibung ... 154
Impressum / Rückantwort zur erneutenTeilnahme ... 155

Rezeptnotizen