

SABRINA SUE DANIELS

# Kochen mit JACKFRUIT

35 VEGETARISCHE  
UND VEGANE REZEPTE

**riva**

© des Titels »Kochen mit Jackfruit« (978-3-7423-0702-6)  
2018 by riva Verlag, Münchner Verlagsgruppe GmbH, München  
Nähere Informationen unter: <http://www.rivaverlag.de>



# INHALT

## 7 ASIATISCHES SUPEROBST WIRD ZUM LECKEREN FLEISCHERSATZ

## 9 HIMMLISCH-SÜSSE LECKEREIEN

- 10 BASILIKUM-JACKFRUIT-APRIKOSENTÖRTCHEN (VEGAN)
- 13 JACKFRUIT-CUPCAKES (VEGETARISCH)
- 14 PISTAZIEN-JACKFRUIT-EISCREME (VEGETARISCH)
- 17 SPINAT-JACKFRUIT-SMOOTHIE (VEGAN)
- 18 JACKFRUIT-FRÜHSTÜCKSWAFFELN (VEGAN)
- 20 JACKFRUIT-COOKIE-TRIFLE (VEGETARISCH)



## 21 KÖSTLICH INTERNATIONAL

- 22 JACKFRUIT-EMPANADA (VEGETARISCH)
- 25 MISO-JACKFRUIT-SUPPE (VEGETARISCH)
- 26 PHILLY-BREAKFAST-SANDWICH (VEGETARISCH)
- 29 TORTILLA-CHIPS MIT PULLED CHICKEN (VEGETARISCH)
- 30 VIETNAMESISCHER PHO-TRON-SALAT MIT JACKFRUIT (VEGETARISCH)
- 33 JACKFRUIT-GYROS MIT SÜSSKARTOFFELSPALTEN UND TSATSIKI (VEGETARISCH)
- 34 JACKFRUIT-TIKKA-MASALA (VEGAN)
- 36 JACKFRUIT-TERIYAKI (VEGAN)





## 37 STREETFOOD

- 38 PULLED-BBQ-JACKFRUIT-BURGER(VEGAN)
- 41 AVOCADO-JACKFRUIT-WRAPS (VEGETARISCH)
- 42 CHILI-CHEESE-DOGS (VEGETARISCH)
- 45 GEBRATENER REIS MIT JACKFRUIT UND PAK CHOI (VEGETARISCH)
- 46 JACKFRUIT-SOMMERROLLEN MIT ERDNUSS-DIP (VEGETARISCH)
- 49 LAUWARMER ZUCCHINI-KIWI-SALAT (VEGAN)
- 50 KÜRBIS-NAAN-PIZZA (VEGETARISCH)
- 53 JACKFRUIT-AVOCADO-BAGEL MIT HONIG-SENF-DIP (VEGETARISCH)
- 54 AVOCADO-JACKFRUIT-SALAT (VEGETARISCH)

## 55 KLASSIKER NEU INTERPRETIERT

- 56 BUNTER COUSCOUS-GURKEN-SALAT (VEGETARISCH)
- 59 KARTOFFEL-GURKEN-SALAT (VEGETARISCH)
- 60 ZUCCHINI-JACKFRUIT-SPIESSE MIT KRAUTSALAT (VEGETARISCH)
- 63 SÜSS-SAUER EINGELEGTES JACKFRUITGEMÜSE (VEGAN)
- 64 SCHNELLE ASIA-SUPPE (VEGAN)
- 67 MEDITERRANE THUNVISCHCREME (VEGETARISCH)
- 68 MANGOLDROULADEN (VEGETARISCH)
- 71 KÜRBIS-DINKELTOPF MIT JACKFRUIT (VEGAN)
- 72 JACKFRUIT-GULASCH (VEGAN)
- 75 JACKFRUIT-GESCHNETZELTES MIT BREZELKNÖDELN (VEGETARISCH)
- 76 GEFÜLLTE ZUCCHINI MIT COUSCOUS (VEGETARISCH)
- 79 PIMIENTOS DE PADRÓN MIT TOMATENSOSSE (VEGAN)