

# DIE BESTEN KOCHREZEPTE: *Schnell & einfach*

50 clevere Rezepte  
mit wenig Aufwand

riya



kochrezepte



# Inhalt

## 5 Leckere Vorspeisen

- 6 Karottensuppe
- 8 Brokkolisuppe
- 10 Tomatensuppe mit Grilled-Cheese-Sandwich
- 12 Quesadillas aus der Pfanne
- 14 Quesadillas mit Hähnchen und Mais
- 16 Blumenkohl mit Tahini
- 18 Parmesan-Kartoffeln
- 20 Sriracha-Chicken mit Honig und Knoblauch
- 22 Gurken-Sushi
- 24 Pikante Blätterteighappen
- 26 Käse-Cracker
- 28 Tomaten-Feta-Dip

## 29 Herzhafte Hauptgerichte

- 30 Knoblauch-Ramen
- 32 Fetastudel mit Salat
- 34 Halloumi-Pasta
- 36 Wok-Hähnchen mit Reis
- 38 Sahne-Shrimps »Toskana«
- 40 Spicy Lemon Pasta
- 42 Mexikanische Bowl
- 44 Kokos-Curry-Nudelsuppe
- 46 Gnocchi mit cremiger Spinatsoße
- 47 Nudelsalat »Italia«
- 48 Hähnchen »süß-sauer«
- 50 Venezianisches Risi-Pisi
- 52 Risotto mit Walnüssen und Gorgonzola
- 54 Hähnchen-Bohnen-Topf in Tomate
- 56 Köttbullar



- 58 Eier mit Grilled Cheese
- 60 Kartoffelpuffer
- 61 Zitronenrisotto
- 62 Bowl mit Quinoa und Lachs
- 64 Couscous-Bowl mit Feta und Oliven
- 66 Spätzle mit Zwiebeln
- 67 Bohnensalat mit Thunfisch
- 68 Cremige Pilzpfanne

## 69 Traumhafte Desserts



- 70 Apfeltaschen
- 72 Dutch Baby mit Beeren
- 74 Express-Mini-Cheesecake
- 75 Super easy Schokomousse
- 76 Luftiger Blaubeerkuchen vom Blech
- 78 Karamell-Bowl
- 79 Zwei-Zutaten-Kekse
- 80 6-Zutaten-Erdnuss-Schokoriegel
- 82 Zitronenkuchen mit Frosting
- 84 Blaubeermuffins
- 86 Apfelstrudel mit frischen Cranberrys
- 88 Cookies mit Pistazien und Schokolade
- 90 Apfel-Hafer-Kekse
- 92 Chia-Pudding
- 94 Overnight Oats mit Kokos

