Caesar Pasta Salat mit Hühnerbrust

Einmal Caesar Salad mit allen Extras? Dann ist diese Salatvariante mit Pasta und gebratener Hühnerbrust genau das richtige für dich. Dieses amerikanische Gericht ist ebenso aromatisch, wie gehaltvoll. Hier wird sicher jeder satt! Damit eignet sich der Salat perfekt als reichhaltiges Mittags- oder Abendessen. Extra cremig, extra knusprig. Hier bleiben keine Wünsche offen.

Haupia mit Mango

Cremig. Milchig. Leicht. Haupia ist ein traditionelles Dessert aus Hawaii, dass dir das Gefühl gibt, in einem tropischen Paradies zu sein. Wir lieben den Kokosmilchpudding am liebsten mit einer fruchtigen Mangonote. Da sich veganer Pudding wie dieser sehr gut stürzen lässt, kannst du Haupia auch für ausgewöhnliche Formen nutzen.

Pastasalat mit Spargel

Verleih deinem Pastasalat zusätzlichen Biss! Mit knackigem grünen Spargel! Eine unschlagbare Kombination aus fruchtigen und erdigen Aromen. Und: Der Salat lässt sich prima vorbereiten. So kannst du ihn mit ins Büro, zum Picknick oder zur nächsten Grillparty mit nehmen. Oder du machst du ihm zum

geheimen Liebling auf deinem Buffet.

Schnittlauch-Blüten-Butter

Schnittlauchblütenbutter ist ein wahrer Hingucker! So verleihen die lilafarbenen Blüten deiner Kräuterbutter nicht nur einen tollen Farbtupfer, sondern auch einen ganz leicht süßlichen Geschmack. Zusammen mit ein paar Schnittlauchhalmen für die Schärfe und etwas Zitronenabrieb für eine kontrastierende Säure entsteht so ein köstlicher Aufstrich. Wichtig: Die Halme, die Blüten tragen, sind genießbar aber oft nicht mehr so lecker. Hier am besten einmal probieren und sonst Halme ohne Blüten wählen.

Salsa brava

Salsa brava ist die klassische Sauce für Patatas bravas. Fruchtig, leicht scharf und mit einer feinen Knoblauchnote ist sie eine extrem aromatische dickflüssige Tomatensauce. So bildet sie den perfekten Kontrast zu knusprig ausgebackenen Kartoffeln, schmeckt aber auch als Dip zu Brot.

Gedämpfter Brokkoli

Tiefgrün. Frisch. Köstlich. Gedämpfter Brokkoli ist mit das gesündeste, was es gibt. Und unglaublich lecker! Dadurch, dass er gedämpft und nicht gekocht ist, bleibt der Brokkoli besonders aromatisch und vitaminreich. So eignet er sich auch perfekt für ein mehrtägiges Meal-Prep

---

Panini mit Schinken & Tomaten

Knuspriges Panini, saftiger Schinken, geschmorte Tomaten. Ein reich belegtes Panini ist das vielleicht schönste italienische Frühstück. Am besten schmeckt es dabei natürlich mit selbstgebackenem Panini-Brot, einer guten Portion Parmesan, frischem Rucola und gerösteten Pinienkerne.

Datteldip

Fruchtig. Cremig. Exotisch. Beim orientalischen Frühstücksbrunch kennen und lieben gelernt, servieren wir unseren herzhaften Datteldip inzwischen auch gerne auf Buffets und Grillparties. Die leichte süße und die aromatischen Datteln begeistern hier einfach jeden. Mein Tipp: Bereite den Dip schon am Vorabend zu. Dann wird er nicht nur besonders aromatisch, sondern auch die Farbe wird zu einem strahlenden Gelb.

Knusprige Spargelröllchen

Zarter Spargel. Frischer Schinken. Knusprige Panade. Wenn die Spargel-Saison startet, gibt es bei uns knusprige Spargelröllchen. Fix gemacht, schmecken sie köstlich zu Kartoffeln und Sauce Hollondaise oder aber einfach als leckeres Fingerfood. Mein Tipp: Mit etwas Käse wird es extra cremig.

Griechische Vorspeisen

Taramas, Tsatsiki, Saganaki, Dolmades, Kalamata-Oliven, Salat und so vieles mehr. Griechische Vorspeisenteller sind oft üppig gefüllt. Hier türmen sich kalte Vorspeisen aller Art, eine verführerischer als die andere. Ich verrate euch meine griechischen Lieblingsrezepte, die ich auf meinen Reisen durch das Land kennenlernen durfte.

Orientalische Sesamringe

Außen knusprig, innen herrlich fluffig. Frisch gebackene Sesamringe schmecken einfach himmlisch. Als mein Freund einige Zeit in der Türkei lebte und ich ihn dort besuchte, haben wir uns jeden Morgen ein paar Simits vom Bäcker geholt. Ob zu türkischen Bohnen, Oliven oder zum Dippen von Hummus, Baba

Ghanoush, Dattel-Aufstrich – Simits passen einfach immer. Zeit, die köstlichen Sesamringe nachzubacken.

Mangomus

Fruchtig. Süß. Knallgelb. Mangomus fängt gefühlt die Sonne ein und katapultiert dich in Gedanken direkt an exotische Strände. Wir löffeln es gerne pur und verwenden es für Desserts oder als Fruchtspiegel für Torten. Besonders genial: Mangomus als Topping für Milchreis. Probier es aus und gönn deinen Geschmacksnerven einen Ausflug in tropische Gefilde.