

Udon-Nudeln in Erdnuss-Sauce

Hast du schon einmal Udon-Nudeln probiert? Sie sind extra dick und können dadurch umso mehr Sauce aufnehmen. Wir ertränken sie daher gerne in einer Tomaten-Erdnuss-Sauce. Ein wenig Sesam oben drauf und schon hast in nur wenigen Minuten ein extrem reichhaltiges Wohlfühl-Gericht gezaubert.

Avocado-Salat

Cremige Avocado, knackige Tomaten, milder Mozzarella. Dieser schnelle Avocado-Salat kommt bei uns regelmäßig auf den Tisch. Was dabei nicht fehlen darf: Hochwertiges Olivenöl und frisches Basilikum! So wird auch ein einfacher Salat zur kleinen Geschmacksexplosion.

Zitronen-Mozzarella

Zarter Mozzarella und feine Zitrus-Aromen: Eingelegter Mozzarella ist eine herrliche Vorspeise. Aber wenn wir ehrlich sind, wir naschen sie zu jeder Zeit. Mozzarella selbst einlegen, das ist einfach was besonderes und die Wartezeit sowas von wert. Natürlich könnt ihr hier auch ganz viele Kräuter hinzugeben aber wir lieben einfach das pure Zitrusaroma.

Pasta mit Spinat-Rahm-Sauce

Cremig. Schnell. Wohltuend. Wir lieben Nudeln in allen Farben und Formen. Eine unserer Lieblingskombinationen: Tortiglioni mit Spinatrahmsauce. Als eins der ersten Gerichte, die ich jemals gekocht habe, schmeckt es für mich einfach nach Zuhause. Dabei ist der Pasta-Klassiker nicht nur schnell gezaubert, sondern auch besonders reichhaltig. Trotzdem kochen wir meist eine extra große Portion, die direkt für zwei Tage reicht.

Ingwer-Eistee

Wir haben ihn in vietnamesischen Restaurants kennen und lieben gelernt: Ingwer-Eistee. Unverschämt süß, eiskalt, und leicht scharf. Vor allem im Sommer eins unserer liebsten Getränke. Ob beim Picknick, zu Sommerrollen oder Mangosalat. Dieser Ingwer-Minz-Eistee ist die perfekte exotische Erfrischung.

Kiwi-Eis am Stil

Kiwisorbet eignet sich perfekt für Eis am Stil! Da diese Geschmacksrichtung super selten zu finden ist, machen wir es am liebsten einfach selbst. Das geht nicht nur blitzschnell, sondern auch kinderleicht. Alles was ihr braucht, sind Eis-am-

Stil-Formen, Kiwis, brauner Zucker und ein bisschen Zeit. Probiert es aus und holt euch die perfekte Abkühlung!

Mojo Rojo

Feurig, cremig und perfekt zum Dippen. So präsentiert sich die typisch kanarische Sauce Mojo Rojo. Und obwohl das Rezept nur zwei Minuten dauert ist der spanische Dip so viel mehr als nur eine Last-Minute-Lösung. Sie ist das Highlight aus dem Teller. Klassisch wird sie dabei zusammen mit Mojo Verde zu Papas arrugadas gereicht.

Bolognese-Sauce

Rot, tomatig, ein Gefühl von zu Hause. Spaghetti Bolognese, das Essen unserer Kindheit ist und bleibt der Klassiker schlecht hin. Auch wenn das Gericht nicht wirklich etwas mit italienischer Küche zu tun hat, gilt Spaghetti Bolognese bei vielen als absolutes Lieblingsessen. Die Geheimzutat für eine perfekte Bolognese? Zeit!

Griechische Moussaka

Moussaka ist Essen für die Seele. Das Geheimnis? Der Auberginen-Hackfleisch-Auflauf besteht aus mindestens vier

Schichten und jeder Menge Liebe. Traditionell mit Hammelfleisch zubereitet, wird griechische Moussaka in der modernen Küche meist aus einer Rinderhackfleisch-Sauce, frittierten Auberginen, gekochten Kartoffeln und einer cremigen Béchamel zusammengesetzt. Du siehst: Die Zubereitung ist etwas aufwendiger. Aber glaub mir: es lohnt sich wirklich. Nur die Kalorien solltest du ignorieren.

Tortellini-Salat

Du magst Pastasalat mal anders? Dann probier dich an meinem kunterbunten Tortellini-Salat. Hier werden die Nudeln von knackigem Grillgemüse umspielt, treffen knusprige Crostini-Croutons auf weichen Mozzarella. Der perfekte Kontrast zur cremigen Pasta-Füllung? Herber Rucola und frisches Basilikum. Wir genießen diesen italienischen Nudelsalat gerne als Vorspeise. Du kannst ihn aber auch perfekt zum Picknick mitnehmen oder als Beilagensalat für den nächsten Grillabend nutzen.

Mojo Verde

Wenn Kräuter mit Knoblauch und Chilies zu einem cremigen Dip verschmelzen, handelt es sich mit großer Wahrscheinlichkeit um Mojo Verde. Die berühmte spanische Sauce macht nicht nur zu Papas Arrugadas eine spitzen Figur, sondern präsentiert sich als perfekter Brot-Dip und optimale Begleitung und Kartoffelgerichte aller Art.

Kartoffel-Gurken-Salat

Du suchst einen leichten Kartoffelsalat für heiße Sommertage? Dann ist diese Symbiose aus Kartoffel, Gurke und Radieschen die richtige Wahl. Leicht kühlend und knackig frisch, passt er perfekt zu Gegrilltem und Sandwiches und ist damit perfekt für ein Picknick im Freien geeignet. Ganz oft essen wir aber auch einfach pur.