

donna hay

•————•
Keine Zeit
zum Kochen
•————•

Frische und leichte Rezepte
für Vielbeschäftigte

Fotografiert von Con Poulos

AT Verlag

INHALT

Dinner nach Maß 9

TURBO-REZEPTE 1. *Frühstück und Brunch* 23

Schnell und aromatisch 33

TURBO-REZEPTE 2. *Marinaden und Würzmischungen* 56

Aus einer Pfanne 61

TURBO-REZEPTE 3. *Salate* 86

Aus einem Topf 91

TURBO-REZEPTE 4. *Saucen, Dips, Glasuren* 114

Aus dem Ofen 119

TURBO-REZEPTE 5. *Gemüsebeilagen* 142

Für jetzt und später 147

TURBO-REZEPTE 6. *Snacks und Häppchen* 160

Schnelle Desserts 165

TURBO-REZEPTE 7. *Süße Naschereien* 184

Glossar 189

Gut zu wissen 197

Rezeptverzeichnis 201