

Rezepte

Rezeptverzeichnis alphabetisch nach Kategorien

38 Getränke

- 53 Bananen-Schoggi-Milchshake
- 54 Breakfast Smoothie
- 44 Erdbeer-Basilikum-Caipirinha
- 41 Golden Smoothie
- 41 Green Smoothie
- 48 Heisse Schoggi
- 40 Herbst-Saft
- 46 Himbeer-Lime-Limonade
- 54 Himbeer-Milchshake
- 53 Mango-Lassi
- 48 Masala Chai
- 42 Orangen-Eistee
- 46 Passionsfrucht-Limonade
- 42 Rooibos-Eistee
- 40 TuttiFrutti-Saft
- 44 Zitronengras-Ingwer-Mojito

55 Frühstück

- 57 Birchermüesli
- 58 Chia-Müesli
- 71 Cranberry-Granola
- 72 Erdbeer-Bananen-Joghurt
- 66 Granola-Riegel
- 72 Himbeerquark
- 60 Pancakes
- 59 Porridge
- 64 Rösti
- 68 Schoggigipfeli

73 Snacks und Fingerfood

- 97 Club-Sandwich
- 76 Crispy Tofu
- 78 Dattel-Brie-Crostini
- 106 Dushin Rothli
- 107 Falafel
- 88 Flammkuchen
- 82 Gemüse-Chips
- 82 Gewürz-Nüssli
- 116 Hosomaki
- 80 Kartoffel-Halloumi-Plätzchen

- 84 Kartoffel-Wedges
- 100 Kebab
- 99 Onion Rings
- 104 Pakoras
- 74 Panko-Sticks
- 94 Pide
- 93 Pizza Margherita
- 109 Quiche Lorraine
- 103 Randen-Cutlets
- 105 Samosas
- 86 Schinkengipfeli
- 95 Schnitzelbrot
- 111 Sushi-Reis
- 84 Süsskartoffel-Fries
- 98 Tandoori-Sandwich
- 112 Uramaki
- 114 Vietnamesische Glücksrollen

117 Saucen, Dips und Chutneys

- 130 Auberginen-Minze-Creme
- 129 Baba Ganoush
- 135 Balsamico-Sauce
- 133 Cocktailsauce
- 121 Currysauce
- 124 Dattel-Chutney
- 120 Favabohnen-Mus
- 132 Glücksrollen-Dip
- 118 Grüne Thai-Currypaste
- 131 Hummus
- 123 Ingwer-Raita
- 125 Kokos-Chutney
- 136 Kräutermargarine
- 123 Mango-Apfel-Chutney
- 136 Mayonnaise
- 118 Rote Thai-Currypaste
- 122 Sweet-Chili-Sauce
- 134 Tomatensauce

137 Suppen

- 147 Bündner Gerstensuppe
- 140 Curry-Bananen-Suppe

Rezeptverzeichnis alphabetisch nach Kategorien

- 149 Gazpacho
- 153 Gemüsebouillon
- 144 Harira-Suppe
- 139 Kürbis-Kokos-Suppe
- 146 Marroni-Linsen-Suppe
- 151 Minestrone
- 145 Safran-Suppe
- 142 Tomaten-Orangen-Suppe
- 141 Tom-Kha-Suppe

154 Salate

- 168 Apfel-Linsen-Salat
- 157 Birnel-Senf-Dressing
- 179 Blumenkohl-Cranberry-Salat
- 174 Caesar Salat
- 166 Chicken-Salat
- 159 Chicorée-Marroni-Salat
- 190 Cole Slaw
- 162 Edamame-Salat
- 157 Erdnuss-Dressing
- 180 Federkohl-Apfel-Salat
- 167 Grüner Quinoa-Salat
- 165 Indonesia-Salat
- 156 Italienisches Dressing
- 156 Joghurt-Kräuter-Dressing
- 183 Kartoffelsalat
- 172 Kichererbsen-Harissa-Salat
- 160 Kürbis-Apfel-Salat
- 185 Nüsslisalat
- 187 Orecchiette-Rucola-Salat
- 188 Reissalat
- 178 Spargel-Mango-Salat
- 171 Taboulé
- 189 Thai-Gurkensalat
- 161 Tofu-Ceviche
- 173 Tomaten-Granatapfel-Salat
- 184 Wurst-Käse-Salat

191 Tofu, Seitan, Quorn, Tempeh und Paneer

- 195 Casimir
- 210 Chili sin Carne
- 216 Cordon-bleu
- 201 Grünes Thai-Curry
- 214 Hackbraten
- 212 Köttbullar
- 204 Matar Paneer
- 196 Nasi Goreng
- 203 Palak Paneer
- 199 Panaeng-Curry
- 205 Paprika-Geschnetzeltes
- 200 Rotes Thai-Curry
- 218 Shepherd's Pie
- 208 Tatar
- 193 Tofu Sweet and Sour
- 194 Tofu Tikka Masala
- 206 Züri-Geschnetzeltes

220 Gemüse

- 234 Gemüse-Piccata
- 226 Indisches Jalfrezi
- 235 Kartoffelgratin
- 240 Kartoffelstock
- 227 Latkes
- 222 Malaysia Rendang
- 232 Ofengemüse
- 243 Peperoni-Apfel-Gulasch
- 236 Pilz-Stroganoff
- 228 Shakshuka
- 244 Spargelfrikassee
- 225 Südindisches Avial
- 223 Thai-Massaman-Curry
- 238 Zucchini-Schnitzel

245 Getreide, Getreidealternativen, Reis und Hülsenfrüchte

- 268 Ananas-Cashew-Reis
- 247 Bunny Chow

- 251 Couscous
- 249 Dal
- 267 Fried Rice
- 260 Gemüse-Paella
- 253 Kabuli Pilaf
- 264 Linsen-Eintopf
- 254 Mais-Lauch-Plätzchen
- 252 Marrakesch-Gemüse
- 248 Papaya-Süßkartoffel-Curry
- 258 Polenta
- 262 Risotto

269 Pasta

- 284 Äpller Macaroni
- 288 Citrus Noodles
- 285 Dinkel-Spätzli
- 283 Gehacktes mit Hörnli
- 280 Gnocchi
- 272 Grünes Pesto
- 278 Lasagne
- 287 Pad Thai
- 274 Penne Siciliana
- 273 Safrannudeln
- 271 Spaghetti Carbonara
- 289 Südindische Kokosnudeln
- 290 Teriyaki Udon Noodles
- 292 Zucchini-Spaghetti

294 Grill

- 298 Burger
- 296 Gemüse-Spiesse
- 297 Paneer-Spiesse
- 301 Satay-Sauce
- 301 Satay-Spiesse
- 305 Sesam-Ingwer-Gemüse
- 303 Teriyaki-Pilze
- 302 Teriyaki-Tofu-Spiesse
- 308 Tod Man
- 307 Zitronengras-Tempeh

309 Gebäck

- 330 Apfelkuchen
- 340 Banana Bread
- 319 Blackies
- 313 Blitz-Brötchen
- 322 Blondies
- 321 Brownies
- 336 Chai-Cookies
- 327 Chia-Beeren-Muffins
- 335 Cookies
- 314 Fladenbrot
- 315 Früchte-Nussbrot
- 329 Gewürz-Schoggikuchen
- 311 Knäckebrot
- 328 Nusschnitte
- 337 Rieblcake
- 323 Schoggikuchen
- 318 Vollkorn-Brioche
- 338 Zitronencake
- 324 Zitronen-Cheesecake
- 312 Zopf

341 Desserts

- 355 Apfelmus
- 365 Baklava
- 354 Beeren-Seidentofu
- 349 Blitz-Mangoglace
- 357 Bread and Butter Pudding
- 360 Brombeer-Milchreis
- 360 Chia-Kokos-Pudding
- 351 Erdbeer-Rhabarber-Kompott
- 366 Exotische Frühlingsrollen
- 350 Granatapfel-Granité
- 358 Heidelbeer-Haselnuss-Crumble
- 344 Mangomousse
- 346 Pannacotta
- 343 Schoggimousse
- 345 Soja-Schoggimousse
- 359 Sticky Rice
- 352 Tiramisu