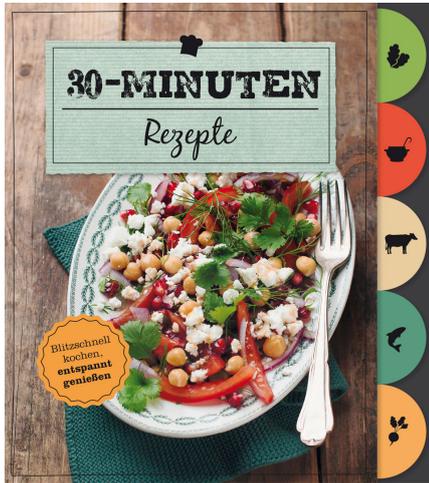

30-Minuten-Rezepte

Blitzschnell kochen, entspannt genießen

Schneller kochen - länger genießen



- Besonders praktisch: mit Griffregister zur optimalen Übersicht
- Alle Gerichte mit nur 30 Minuten Zubereitungszeit
- Jedes Rezept mit brillantem Farbfoto und ausführlicher Schritt-für-Schritt-Anleitung

Auf schnelle Art gut und gesund kochen? Ja, das geht! Ob Salate oder Suppen, Gerichte mit Fleisch oder Fisch oder Vegetarisches: Alles steht in maximal 30 Minuten Zubereitungszeit fix und fertig auf dem Tisch. Bei einigen wenigen Gerichten übernehmen Herd oder Ofen den Rest, während Sie schon mal den Feierabend einläuten können! Überzeugen Sie sich mit Thai-Curry-Suppe mit Hähnchen, herzhaftem Kaiserschmarrn mit Kräuterquark oder einem California Wrap mit Garnelen und Avocado selbst davon, wie köstlich und abwechslungsreich unsere Blitzgerichte schmecken!

Zielgruppe:

Berufstätige, Familien, Studenten

Naumann & Göbel Verlagsgesellschaft mbH

gebunden, Griffregister, mit zahlreichen farbigen Abbildungen

112 Seiten, Format 21 x 24 cm

ISBN: 978-3-625-17840-8

7,99 EURO