

lust auf *steaks*

Inhalt

- 04 Rind, Schwein, Kalb und Lamm
- 46 Geflügel und Wild
- 64 Fisch

Register

- 74 ...nach Zutaten und Stichworten
- 78 ...nach Alphabet
- 79 ...nach **ProPoints®** Wert
- 80 Impressum

Rezeptinfos



30^{min}



ProPoints® Wert pro Person | fertig in | zum Einfrieren geeignet | Sattmacher-Portion

Da für Rezepte kein Satt-Faktor bestimmt wird, erkennen Sie an den **ProPoints®** Symbolen der Zutaten die Lebensmittel mit Satt-Faktor. Je mehr davon enthalten sind, desto sättigender ist das Gericht.