

Inhalt

- 6 Streetfood & Snacks**
Sandwiches, Spiesse und Burger – von kleinen Häppchen bis Hauptmahlzeiten ist alles dabei.
- 30 Umhüllt & gefüllt**
Sushi, Teigtaschen und Frühlingsröllchen – leckere Gerichte, mit Fisch, Fleisch und Gemüse abwechslungsreich gefüllt.
- 52 Gegabelt & gelöffelt**
Suppen, Salate, Reis- und Nudelgerichte – hier gibt es die Klassiker der asiatischen Küche und vieles mehr.
- 92 Auf einen Blick**
Hier findest du alle Rezepte – übersichtlich nach SmartPoints sortiert. Entdecke auch, welche Rezepte vegetarisch, vegan, laktose- oder glutenfrei sind.
- 94 Lust auf ...**
Du hast heute Appetit auf Fleisch oder Fisch? In dieser Übersicht findest du, je nach Lust und Laune, das richtige Rezept für dich.
- 96 Impressum**

Rezeptinfos



SmartPoints Wert pro Person/Stück



Dieses Symbol zeigt dir, wie du das Rezept variieren kannst.



Gut zu wissen – Tipps und Tricks sowie hilfreiche Warenkunde erkennst du an diesem Symbol.



Rezepte, die mit diesem Symbol gekennzeichnet sind, enthalten eine höhere Menge an Chili und sind somit etwas schärfer. Du kannst die Chilimenge nach Wunsch erhöhen oder reduzieren.

Fertig in:

Hier sind alle Vorbereitungsschritte, Marinier-, Gar- und Backzeiten eingerechnet.

Davon aktiv:

Diese Zeitangabe sagt dir, wie lange du wirklich mit Schnippeln und Rühren beschäftigt bist.