

Inhalt

4 Meine Lunchbox-Rezepte

24 Ideen für deine Lunchbox

46 Auf einen Blick

Hier findest du alle Rezepte – übersichtlich nach SmartPoints sortiert. Entdecke auch, welche Rezepte vegetarisch, vegan, laktose- oder glutenfrei sind.

48 Impressum

Rezeptinfos



SmartPoints Wert
pro Person/Stück

Fertig in: Hier sind alle
Vorbereitungsschritte,
Marinier-, Gar- und Back-
zeiten eingerechnet.



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

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



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