

LIEFERWOCHE 26.09.2022

SPAGHETTI MIT COCKTAILTOMATEN & OLIVENÖL

Während die Tomaten und der Knoblauch in reichlich Olivenöl in der Pfanne brutzeln, werden die Nudeln gekocht und am Ende wird's fast nur noch vermischt. Easy peasy. Und mega lecker!



CREMIGE KÜRBIS- LAUCH-KARTOFFELSUPPE

Eine Vitamin- und Nährstoffbombe in jeglicher Hinsicht. Diese Kürbissuppe ist einfach ein MUSS für jede Rezeptsammlung! Mit ganz einfachen Zutaten lässt sie sich fix zubereiten – genau der richtige Nährstoff-Booster für den kommenden Herbst, aber auch unabhängig davon einfach lecker!

GEFÜLLTE SÜSSKARTOFFEL MIT SPINAT UND PILZEN

Was für eine Geschmacksexplosion! Süßkartoffeln können so vielfältig schmecken! Die fruchtige Süße der Kartoffeln kombiniert sich wunderbar mit leckerem Pilzaroma!



ORIENTALISCHER COUSCOUS MIT OFENGMÜSE

Dieses aromatische Gericht vereint knuspriges Ofengemüse mit orientalisch gewürztem Couscous. Wir lieben Ofengemüse eh- und wenn erstmal alles im Ofen ist, geht's auch ganz schnell- denn Couscous ist so ungefähr die am schnellsten zubereitete sättigende gesunde Kohlenhydrat-Quelle, die es gibt.