

INHALTSVERZEICHNIS

YVONNE REICHELT

Der grüne Smoothie	6
Marzipan-Nougat-Bällchen	7
Lebkuchen-Energiekugeln	7

SUSANN GOLDAU

Weihnachtliche Apfel-Zimt-Götterspeise	8
Weihnachtspfannkuchen	9
„Kartoffelklöße“	9

NADJA POLZIN

Bratapfel mit Vanillesoße	10
Coq au Chambertin mit Möhren-Pastinaken-Mus	11

MARIELOUISE RÖMER

Cremiger Sellerie Smoothie	12
Quinoa-Linsen-Salat	13
Dattel-Kokos-Konfekt	13

DOROTHEE RUND

Schoko-glasierte Bananen	14
Rosenkohl-Hackfleischpfanne mit süßem Ofengemüse	15
Kochbananencracker	16

KARINE GOHR

Butternut-Kürbis Hasselback mit Honig-Senf-Glasur	17
Schoko-Cashew-Küchlein im Glas (inspired by Schwarzwälder Kirsch)	18
Weihnachtsmarkt-Mandelmilch mit Wintergewürzen	19

NICOLA HERRMANN

Keese-Soße	20
Ananaskugeln	21

Tomatenketchup, zuckerfrei	21
ANNA GLIEMER	
Basic Schokolade	22
Schokoladentörtchen mit Ganache	23
Basic Weiße Schokolade	23
CARSTEN WÖLFFLING	
Brokkoli-Ei-Pfanne	24
Omega 3 - Sportler Kekse	25
Gefüllter Kürbis mit Wildschwein und Sauerkraut	25
ELLEN BICKEL	
Orangen-Mohn-Chia-Dessert	26
Fingerfood Deluxe: Linsensalat in Chicoreeblättern und Paprikahälften	27
Weihnachtsriegel / Weihnachtstaler	27
PAUL SEELHORST	
Chai-Kombucha	28
Weihnachtlicher Pflaumen-Wasserkefir	29
Weihnachtliches Lila-Kraut	29
HELEN SCHEU	
Erdmandelkekse	30
Bunter Wintersalat mit Pastinaken und Maronen	31
Schoko-Paranuss-Pralinen	31
JEN FUCHS	
Apfel-Grünkohl-Power-Saft	32
Zartschmelzende roh-vegane Lebkuchen-Schokolade	33
Rotkohl-Topinambur-Auflauf (roh-vegan)	34
ILGA POHLMANN	
Grünkohl mit Süßkartoffeln	35
Zucchini-Suppe	36
Schokoladen-Creme (mit Special Effects)	37

KIRSTIN KNUFMANN

Spekulatius-Plätzchen	38
Rohe Meeresspaghetti mit Bolognese	39
Bratapfel	39

JULIA TULIPAN

Haselnuss Schokoladentrüffel	40
Rindssuppe mit Knochen	41
Macadamia Cantuccini	41

BASAK SANIO

Fruchtspieße mit Weihnachtsdip	42
Gebratener Lachs mit Zitronen-Knoblauchsauce und Orangen-Spinat-Salat	43
Weihnachtlicher (Fake-)Kaffee	43

PATRICK BOLK

Vorspeise: Rote-Bete-Türmchen	44
Hauptspeise: Jakobsmuscheln aus Kräuterseitlingen auf Kartoffel-Meerrettich-Petersilie-Pü	45
Dessert: Beeren-Tartines	46

MARIE LÖFFLER

Lebkuchen - vegan und glutenfrei	47
Schokoladenfudge mit gerösteten Haselnüssen	48
Rote Beete Brownies mit Schokoladen-Ganache	49

NICOLE LANGE

Leckere und gesunde Schoko-Bällchen	50
Zucchini - Salat mit Pute	51
Gesunder und leckerer Bratapfel	51