

REZEPTE

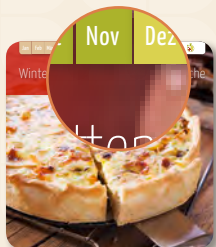
- ▶ Flammkuchen mit Birne, Gorgonzola und Radicchio
- ▶ Karamellisierte Chicorée mit Selleriepüree
- ▶ Karotten-Topinambur-Puffer mit Meerrettich-Apfel-Dip
- ▶ Kartoffel-Endiviensalat garniert mit Lupinenstreifen
- ▶ Knusprig überbackenes Pastinaken-Spinat-Gratin
- ▶ Kürbis-Kichererbsen-Curry mit Kartoffeln
- ▶ Maronen-Lauch-Bratlinge mit Wintersalat und Joghurt-Dip
- ▶ Rahmwirsing mit Räuchertofu und Hirse
- ▶ Rosenkohl-Farfalle mit Parmesan
- ▶ Rotkohlstrudel mit zimtigem Birnenchutney
- ▶ Schwarzwurzelrisotto mit Radicchio-Streifen
- ▶ Steckrüben-Cremesuppe mit salzigen Karamell-Croûtons
- ▶ Vegetarischer Borschtsch mit Sauerrahm-Topping
- ▶ Wärmender Linseneintopf mit Chinakohl
- ▶ Winterliche Rosenkohl-Quitten-Quiche
- ▶ Würzige Grünkohl-Pasta

VEGAN 

VEGAN 

VEGAN 

Mit deinen Feierabendglück-Rezepten wird saisonales, vegetarisches Kochen mit regionalen Bio-Zutaten einfach & günstig:



SAISONALE FARBCODIERUNG FÜR REGIONALES EINKAUFEN

Dunkelgrün: In diesen Monaten haben die frischen Hauptzutaten der Rezepte (Gemüse & Obst) Hochsaison. Du bekommst sie aus regionalem Freilandanbau.

Hellgrün: In diesen Monaten ist mindestens eine Hauptzutat der Rezepte nicht aus Freilandanbau, aber aus dem Gewächshaus oder als Lagerware regional erhältlich.

Farblos: Wenn du Wert auf regionale, frische Zutaten legst, solltest du in diesen Monaten ein anderes Rezept wählen.

www.feierabendglueck.de/saison



ZEITANGABE FÜR SCHNELLE ORIENTIERUNG

Grüne Fläche: steht für die Vorbereitungs- und Kochzeit.

Rote Fläche: zeigt bei Ofengerichten die Backzeit an.



MIT 16 KOCHVIDEOS UND REZEPTEN DURCH DEN WINTER

Dein Rezeptkartenset „Feierabendglück Winterrezepte“ enthält 16 köstliche Rezepte für Wintergemüse in ganz neuem Gewand. Zu jedem Rezept gibt's ein kurzes Kochvideo obendrauf. Für noch mehr Kochvergnügen!

1m² BIOBODEN

Mit jedem Rezeptkartenset „Feierabendglück Winterrezepte“ vergrößerst du die Bio-Anbaufläche in Deutschland um 1m². Pro verkauftem Kartenset gehen 1,50 Euro an die BioBoden Genossenschaft, die davon 1m² Land für den Bio-Anbau in Deutschland erwirbt und Bio-Bauern zu fairen Preisen zur Verfügung stellt.

Unsere Vision ist 100% Bio! Denn der ökologische Landbau erhält die Bodenfruchtbarkeit und ist wichtig für's Klima und unsere Ernährung. Im Moment sind wir in Deutschland bei nur ca. 7% Bio-Anbaufläche. Gemeinsam können wir das ändern!

www.feierabendglueck.de/boden

100% BIO FÜR MAXIMAL 3,50 EURO

Alle Rezepte haben wir so konzipiert, dass sie mit 100% Bio-Zutaten höchstens 3,50 Euro pro Person kosten – vorausgesetzt du kochst sie in der Saison, denn dann sind die Zutaten aus regionalem Bio-Anbau für jede/n erschwinglich.

www.feierabendglueck.de/bio-einkaufen

NACHHALTIGE PRODUKTION



Komplett CO₂-neutral hergestellt



Cradle to Cradle
Rezeptkarten
Druck: Gugler GmbH
Auf der Schön 2
A-3390 Melk/Donau

VERLAGSINFOS/IMPRESSUM

Verfasser/Herausgeber:

Feierabendglück GmbH | Augsburg
www.feierabendglueck.de/impressum

Alle Rechte vorbehalten



Feierabendglück