

Ofen aus!

Jetzt gibts Kuchen und Törtchen,
die ungebacken sind.



Ricotta

Lernen Sie den
unterschätzten,
leichten Frischkäse
von seiner besten Seite
kennen, ab Seite 3.





Annette Golaz,
Redaktorin

No bake – ungebacken

Jetzt müssen die von Betty Bossi schon wieder so englische Ausdrücke verwenden, mögen Sie denken. Und Sie haben natürlich recht. Wieso schreiben wir nicht einfach «Ungebacken» statt «No bake» als Titel für unsere Dessert-Strecke? Ich habe mir das lange überlegt, aber dann doch verworfen.

Unwörter sind unappetitlich

Eigentlich habe ich das aus dem Bauch heraus entschieden. Im Nachhinein wird mir aber klar, dass Wörter, die mit der Vorsilbe «un» beginnen, bei mir einfach keine positiven Gefühle auslösen. Aber wir möchten Sie ja mit Bildern und Worten gluschtig machen.

Backen nicht nötig

Tauchen Sie ein in die Bilder unserer Desserts! Für diese Prachtstücke müssen Sie nicht mal den Ofen einschalten. Und ich verspreche Ihnen, sie sind unglaublich gut. (Oh, da ist mir doch glatt doch noch ein Wort mit «un-» reingerutscht.)

Annette Golaz

PS: Backen nötig!

Was hingegen überraschenderweise aus dem Backofen kommt, ist der Ricotta (Rezept nebenan). Den müssen Sie unbedingt probieren! Er ist bei mir zu Hause bereits zum neuen Apéro-Hit geworden.

Alle aktuellen Rezepte auch in der App



Laden Sie die Betty Bossi App auf Ihr Smartphone, registrieren Sie sich, und schon haben Sie alle Rezepte sofort auch digital zur Verfügung und immer dabei!



Impressum

Herausgeberin

Betty Bossi AG, Baslerstrasse 52,
Postfach, 8021 Zürich

Copyright © Betty Bossi AG,
gedruckt in der Schweiz

Kunden-Service

+41 (0) 44 209 19 29 (Mo-Fr, 8.00 – 17.00 Uhr)

Team

Leiterin Produktion und Gestaltung:
Annette Golaz

Leiterin Rezeptredaktion:

Sibylle Weber-Sager

Gestaltungskonzept: Solid Identities GmbH

Fotos: Patrick Zemp

Styling: Claudia Schilling

Ausgaben/Abonnement

Jahresabonnement (10 Ausgaben):

Schweiz: CHF 29.90 / Ausland: CHF 38.-

Die nächste Ausgabe erscheint
am 30. März 2020.

Hinweise



Wo nicht anders vermerkt, sind die Rezepte für 4 Personen berechnet.



Backen mit Heissluft: Temperatur um 20 Grad reduzieren, Backzeit bleibt gleich.

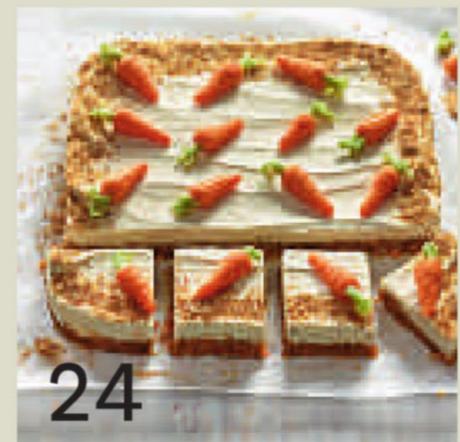
Miele

Betty Bossi entwickelt alle Rezepte mit Miele Geräten.

Miele. Immer Besser.

Inhalt

Special:	3
Ricotta	
Schnell & einfach	8
Tipps & Tricks	16
Für Gäste:	18
Fajita-Abend	
Backen & Süsses:	23
No bake	



Ricotta

Selten im Mittelpunkt, aber doch herausragend!
Geben Sie dem Ricotta für einmal die ganze Bühne.
Sie werden begeistert sein.



Ricotta aus dem Ofen

🕒 10 Min. + 20 Min. backen 🌿 vegetarisch

Für eine ofenfeste Form von ca. 1 Liter, gefettet Vorspeise für 4 Personen

2 Becher Ricotta (je ca. 250 g)	Ofen auf 200 Grad vorheizen.
6 Zweiglein Thymian	Ricotta aus den Bechern in die vorbereitete Form stürzen. Thymianblättchen abzupfen, Pistazien grob hacken, beides mit dem Öl mischen, auf dem Ricotta verteilen.
50 g ungesalzene geschälte Pistazien	
2 EL Olivenöl	

Backen: ca. 20 Min. in der Mitte des Ofens.

200 g Baguette	Baguette in Scheiben schneiden, in einer heißen Bratpfanne beidseitig je ca. 2 Min. rösten. Aceto, Öl und Honig verrühren, würzen, mit den Baguette-scheiben zum Ricotta servieren.
1 EL Aceto balsamico bianco	
2 EL Olivenöl	
1 EL flüssiger Honig	
¼ TL Salz	
wenig Pfeffer	

Portion (¼): 533 kcal, F 33 g, Kh 40 g, E 17 g

*Erfolgreich stürzen:
Stechen Sie mit einem spitzen
Messer ein Loch in den
Boden des Ricottabechers.*





Spargel-Ricotta-Quiche

🕒 15 Min. + 35 Min. backen 🥕 vegetarisch

Für ein Wähenblech von ca. 30 cm Ø

1kg grüne Spargeln
Salzwasser, siedend

Ofen auf 220 Grad vorheizen.
Unteres Drittel der Spargeln schälen. Spargeln ca. 2 Min. im siedenden Salzwasser blanchieren, kurz in eiskaltes Wasser legen, abtropfen.

**1 ausgewallter Dinkel-
kuchenteig** (ca. 32 cm Ø)
500g Ricotta
1dl Rahm
1Msp. Muskat
1TL Salz
wenig Pfeffer

Teig entrollen, mit dem Backpapier ins Blech legen, Boden mit einer Gabel dicht einstechen. Ricotta und Rahm glatt rühren, würzen, auf dem Teigboden verteilen. Spargeln auf die Ricottamasse legen.

Backen: ca. 35 Min. auf der untersten Rille des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen.

1EL Olivenöl
wenig Pfeffer

Quiche lauwarm mit Öl bestreichen, würzen.

Hinweis: Beim Backen tritt etwas Flüssigkeit aus; das ist normal. Beim Abkühlen wird diese wieder fest, und so bleibt die Quiche schön saftig.

Portion (¼): 650 kcal, F 45g, Kh 38g, E 20g

Weintipp

Naturplan Demeter
Bio La Côte AOC
Morges Libellule

Herkunft: Waadt,
Schweiz

Rebsorte: Chardonnay,
Chasselas



Charakter: Die Cremigkeit des Chardonnay und die Fruchtigkeit des Chasselas ergeben einen eleganten und leichtfüssigen Wein.

Passt zu: Spargel-Ricotta-Quiche, Fisch und hellem Fleisch

Bezugsquellen: in grösseren Coop Supermärkten und bei mondovino.ch

Gnocchi an Ricotta-Erbsli-Sauce

🕒 50 Min. 🌱 vegetarisch

SPECIAL

800 g mehlig kochende Kartoffeln
Salzwasser, siedend

Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Kartoffeln offen im siedenden Salzwasser ca. 20 Min. weich kochen. Wasser abgiessen, Kartoffeln noch heiss schälen, in Stücke schneiden, durchs Passe-vite in eine Schüssel treiben, etwas abkühlen.

1 Bund Petersilie
1 Bund Basilikum
100 g Ricotta
1 frisches Ei
1½ TL Salz
wenig Pfeffer
240 g Mehl

Petersilien- und Basilikumblätter abzupfen, mit Ricotta und Ei pürieren, würzen, mit Mehl zu den Kartoffeln geben, von Hand mischen. Die Masse sollte noch feucht sein, aber nicht mehr an den Händen kleben, evtl. noch etwas Mehl begeben. Masse auf wenig Mehl zu 4 Rollen von je ca. 2 cm Ø formen. Rollen in ca. 2 cm lange Stücke schneiden, Kugeln formen, diese mit dem Daumen über die Zinken einer bemehlten Gabel rollen, sodass ein Rillenmuster entsteht. Gnocchi auf ein leicht bemehltes Tuch legen.

Salzwasser, siedend

Gnocchi portionenweise im leicht siedenden Salzwasser ca. 5 Min. ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche steigen, mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen, warm stellen.

3 Bundzwiebeln mit dem Grün
1 EL Olivenöl
250 g tiefgekühlte Erbsli, angetaut
150 g Ricotta
100 g Crème fraîche
40 g geriebener Parmesan

Bundzwiebeln in feine Ringe schneiden. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Bundzwiebeln mit den Erbsli ca. 5 Min. andämpfen. Ricotta und Crème fraîche begeben, nur noch warm werden lassen, Sauce mit den Gnocchi anrichten, Käse darüberstreuen.

Tipp: Statt geriebenen Parmesan getrockneten Ricotta (Ricotta secca) darüberreiben. Erhältlich in italienischen Spezialitätenläden.

Lässt sich vorbereiten: Gnocchi ca. ½ Tag im Voraus zubereiten, ziehen lassen, kalt abspülen. Zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. In der Sauce heiss werden lassen.

Portion (¼): 668 kcal, F 25 g, Kh 80 g, E 26 g

Mit Video

Schauen Sie zu, wie dieses Gericht zubereitet wird, auf videos.bettybossi.ch.



← *Tipp: Reiben Sie getrockneten Ricotta (Ricotta secca) darüber!*



Frühlings-Omelette mit Ricotta

🕒 35 Min. 🌱 vegetarisch 🍷 schlank 🚫 glutenfrei

2 Bund Radiesli	Ofen auf 60 Grad vorheizen. Platte und Teller vorwärmen.
1 Bio-Zitrone	
¼ TL Salz	Radiesligrün von einem Bund fein schneiden, beiseite stellen. Radiesli fein hobeln, von der Zitrone ½ EL Schale dazureiben, würzen, beiseite stellen.
wenig Pfeffer	
8 frische Eier	Eier verklopfen, würzen, mit dem beiseite gestellten Radiesligrün mischen. Wenig Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, die Hälfte der Eimasse in die Pfanne giessen. Omelette zugedeckt ca. 4 Min. backen.
1 Msp. Nelkenpulver	
¼ TL Salz	
wenig Pfeffer	
Bratbutter zum Backen	
100 g geschälte Haselnüsse (Fine Food)	Nüsse grob hacken, die Hälfte davon mit der Hälfte des verrührten Ricottas und der beiseite gestellten Radiesli auf der ersten Omelette verteilen, offen ca. 1 Min. fertig backen, herausnehmen, zugedeckt warm stellen. Zweite Omelette gleich zubereiten.
250 g Ricotta	
wenig Olivenöl	Etwas Öl darüberträufeln, Micro Greens darauf verteilen, Fleur de Sel darüberstreuen.
30 g Micro Greens	
wenig Fleur de Sel	

Portion (¼): 470 kcal, F 39 g, Kh 6 g, E 23 g

Ofen-Bundrüebli auf Ricotta und Linsen

🕒 20 Min. + 20 Min. backen 🌱 vegetarisch 🚫 glutenfrei

1 Zwiebel	Ofen auf 220 Grad vorheizen.
2 Bund Bundrüebli (ca. 600 g)	Zwiebel schälen, in feine Schnitze schneiden, Rüebli längs halbieren, auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen.
1 Vanillestängel	Vanillestängel längs aufschneiden, Samen auskratzen, mit dem Öl unter die Rüebli und die Zwiebel mischen, würzen.
1 EL Olivenöl	
1 TL Salz	
wenig Pfeffer	
Backen: ca. 20 Min. in der Mitte des Ofens. Herausnehmen.	
1l Wasser	Wasser aufkochen, Linsen offen ca. 20 Min. weich kochen, abtropfen, salzen. Von der Orange Schale abreiben, beiseite stellen, 2 EL Saft auspressen, unter die Linsen mischen.
300 g schwarze Linsen (Beluga)	
½ TL Salz	
1 Bio-Orange	
500 g Ricotta	Ricotta mit dem Öl glatt rühren, beiseite gestellte Orangenschale darunter mischen, würzen. Linsen und Rüebli auf der Ricottacreme anrichten, Kresse und Fleur de Sel darüberstreuen.
2 EL Olivenöl	
½ TL Salz	
wenig Pfeffer	
30 g Kresse	
wenig Fleur de Sel	

Portion (¼): 570 kcal, F 26 g, Kh 51 g, E 29 g



Teigwaren mit Spinat-Ricotta-Füllung

🕒 30 Min. + 20 Min. backen Für eine ofenfeste Form von ca. 3 Litern, gefettet

400 g Teigwaren (grosse Muscheln, z. B. Conchiglioni von Saporì) Salzwasser , siedend	Ofen auf 220 Grad vorheizen. Teigwaren im siedenden Salzwasser knapp al dente kochen, kalt abspülen, abtropfen.
2 Schalotten 70 g Speckwürfel 4 EL Pinienkerne 1 kg Spinat 100 g Bärlauch ½ dl Wasser 1 Bio-Zitrone 2 TL Salz wenig Pfeffer 200 g Ricotta	Schalotten schälen, fein schneiden. Speck in einer weiten Pfanne ohne Fett anbraten. Hitze reduzieren, Schalotten und Pinienkerne kurz mitdämpfen. Spinat, Bärlauch und Wasser begeben, zugedeckt ca. 5 Min. weiterdämpfen. Von der Zitrone Schale abreiben, beiseite stellen, 1 EL Saft dazupressen, würzen, etwas abkühlen. Ricotta daruntermischen.
2½ dl Rahm ½ TL Salz wenig Pfeffer 80 g geriebener Sbrinz	Rahm in die vorbereitete Form giessen, beiseite gestellte Zitronenschale begeben, würzen. Je ca. 1 EL Spinatmasse in die Teigwarenmuscheln füllen, in die Form stellen. Käse darüberstreuen.
50 g Ricotta	Backen: ca. 20 Min. in der Mitte des Ofens. Herausnehmen, Ricotta darauf verteilen.

Portion (¼): 934 kcal, F 49 g, Kh 79 g, E 39 g



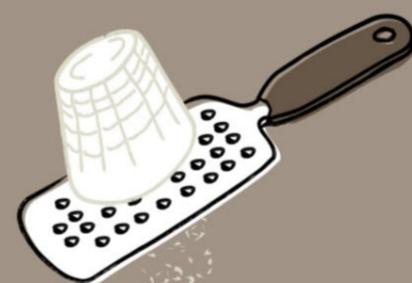
Käse aus Molke

Richtig, Ricotta ist ein Frischkäse! Aber im Gegensatz zu den meisten anderen Frischkäsen wird er nicht aus Milch, sondern auf der Basis von Molke hergestellt. Diese fällt als Restprodukt bei der Herstellung von Käse an. Ricotta kann aus der Molke von Kuh-, Schaf-, Ziegen- oder Büffelmilch zubereitet werden. Ursprünglich wurde Ricotta nämlich nach der Produktion von Mozzarella, Provolone oder Pecorino hergestellt.



Erneut gekocht

Der Name Ricotta könnte mit «nochmals gekocht» übersetzt werden und kommt daher, dass die Molke nach der Käseherstellung erneut erhitzt wird. Durch die Zugabe von Säure gerinnt das Milcheiweiss, und so trennt sich die Käsemasse von der Flüssigkeit. Die Form und das typische Rillenmuster entstehen, weil diese Masse anschliessend in Körbchen abgeschöpft und abgetropft wird.



Ricottasorten

Meist wird der ungesalzene frische Ricotta angeboten, es gibt aber auch gesalzene und gereiften Ricotta. Ausserdem finden Sie getrockneten Ricotta, der als Reibkäse direkt über Teigwaren gerieben werden kann. In Italien finden Sie zudem gebackenen Ricotta in Cakeform mit dunkler Kruste.

schnell & einfach



25 Min.



Grüne Spargelsuppe

🕒 25 Min. 🍷 schlank 🚫 glutenfrei



- 1** 1 Zwiebel
500 g grüne Spargeln
Zwiebel schälen, in Stücke schneiden. Von den Spargeln die Spitzen abschneiden, längs halbieren, beiseite legen. Rest in Stücke schneiden.
- 2** 1 EL Öl
1 TL Salz
wenig Pfeffer
7 dl Wasser
Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Spargeln ca. 5 Min. andämpfen, würzen. Wasser dazugießen, aufkochen. Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 15 Min. weich kochen, Suppe pürieren.
- 3** 1 EL Öl
50 g Bündnerfleisch in Tranchen
2 dl Vollrahm
Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Bündnerfleisch in Streifen schneiden, mit den Spargelspitzen ca. 5 Min. rührbraten. Rahm flaumig schlagen. Suppe mit einem Mixstab aufschäumen, anrichten, Schlagrahm, Spargelspitzen und Bündnerfleisch darauf verteilen.

Portion (¼): 277 kcal, F 24 g, Kh 6 g, E 9 g



25 Min.
+ 25 Min.

Knuspriger Fisch kommt bei der ganzen Familie gut an.



SCHNELL & EINFACH

Fischknusperli aus dem Ofen

25 Min. + 25 Min. backen schlank



1 400 g Raclette-Kartoffeln
1 EL Öl
¼ TL Salz
wenig Pfeffer

Ofen auf 220 Grad vorheizen. Kartoffeln in Schnitze schneiden, mit Öl in einer Schüssel mischen, würzen, auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen.

Backen: ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens.

2 600 g Zanderfilet
¾ TL Salz
wenig Pfeffer
2 EL Mehl
2 Eier
100 g Cornflakes

Fisch in ca. 8 gleich grosse Stücke schneiden, würzen. Mehl in einen flachen Teller geben. Eier in einem tiefen Teller verklopfen. Cornflakes grob zerstoßen, in einen flachen Teller geben. Fisch im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abschütteln, im Ei, dann in den Cornflakes wenden, Panade gut andrücken, zu den Kartoffeln auf das Blech legen.

3

Fertig backen: ca. 10 Min. in der oberen Hälfte des Ofens.

Dazu passen: Salat und Zitronenschnitze.

Portion (¼): 357 kcal, F 7 g, Kh 36 g, E 36 g



25 Min.



*Farbig
macht fröhlich!*

Mit dem Randen-Couscous bringen Sie super einfach Abwechslung auf den Tisch.

Schweinssteaks mit Randen-Couscous

25 Min.



- | | | |
|----------|---|---|
| 1 | 200 g Couscous
¾ TL Salz
1 Bio-Zitrone | gekochte Randen (ca. 250 g)
Randen schälen, an der Röstiraffel in eine Schüssel reiben. Couscous und Salz daruntermischen. Von der Zitrone Schale dazureiben, Saft dazupressen, mischen. |
| 2 | 1½ dl Wasser, siedend
1 Bund Petersilie
1 Bund Basilikum
2 EL Öl | Siedendes Wasser über das Couscous giessen, zugedeckt ca. 5 Min. quellen lassen. Mit einer Gabel lockern. Petersilie und Basilikum fein schneiden, mit dem Öl unter das Couscous mischen. |
| 3 | Öl zum Braten
4 Schweinshalssteaks (je ca. 180 g)
¾ TL Salz
wenig Cayennepfeffer
½ dl Wasser | Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Steaks beidseitig je ca. 5 Min. braten, herausnehmen, würzen. Wasser in dieselbe Pfanne giessen, Bratensatz lösen, Jus über das Fleisch träufeln, mit dem Couscous anrichten. |

Portion (¼): 648 kcal, F 34 g, Kh 43 g, E 41 g



30 Min.



Gemüsereis mit Tofu

30 Min. vegan schlank



- 1** 300 g **Langkornreis** (z. B. Parboiled)
50 g **Sultaninen**
8 dl **Salzwasser**, siedend

Reis mit den Sultaninen im siedenden Salzwasser zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 20 Min. köcheln, bis alle Flüssigkeit eingekocht ist.
- 2** 2 **Rüebli**
1 **Zwiebel**
200 g **Lauch**
1 **roter Peperoncino**
400 g **geräucherter Tofu** (z. B. Smokey Bio Tofu mit Rapssamen)

Rüebli und Zwiebel schälen. Rüebli in feine Scheiben schneiden. Lauch längs halbieren, waschen, mit der Zwiebel in Streifen schneiden. Peperoncino entkernen, in Ringe schneiden. Tofu in 8 Scheiben schneiden.
- 3** Öl zum Braten
2 EL **Sojasauce**

Wenig Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Gemüse ca. 8 Min. rührbraten, mit der Sojasauce unter den Reis mischen. Wenig Öl in dieselbe Pfanne geben, Tofu beidseitig je ca. 2 Min. braten, mit dem Reis anrichten.

Portion (¼): 513 kcal, F 12 g, Kh 76 g, E 24 g



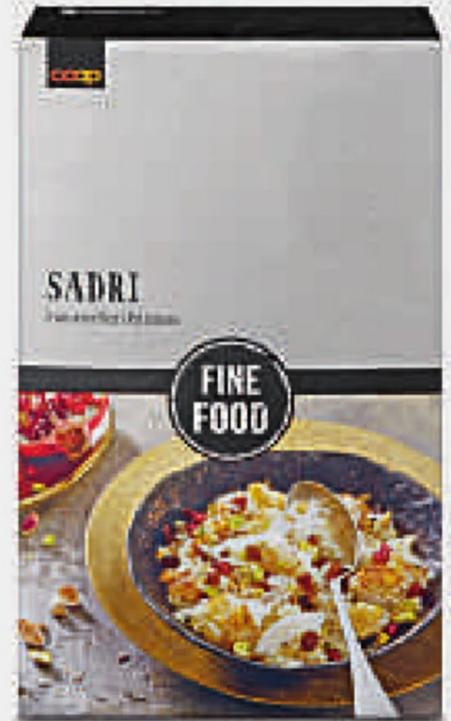
OLD EL PASO

FREITAG IST FAJITA-TAG!

www.olderpaso.ch | [f](#) | [v](#) | [i](#)

Fine Food Sadri-Reis

Reis nimmt in der persischen Küche einen hohen Stellenwert ein und gehört bei praktisch jeder Mahlzeit auf den Tisch. Neben Reis spielen Gewürze wie Safran, Sumach oder Bockshornklee sowie grosszügige Mengen frischer Kräuter eine wichtige Rolle. Sadri-Reis gilt als der beste Reis der Welt, die wertvolle Köstlichkeit wird deshalb auch nur selten ins Ausland exportiert. Im Norden Irans wird der Fine Food Sadri-Reis von Reisbauern in viel Handarbeit in kleinen Mengen produziert. Das über Jahrhunderte gezüchtete Saatgut wächst dort dank der warmen Sommer und des feuchten Klimas unter perfekten Anbaubedingungen. Der Sadri-Reis duftet wunderbar frisch und lieblich. Nach dem Kochen hat er einen sehr aromatischen und blumigen Geschmack, und seine kurzen, kräftigen, elfenbeinfarben glänzenden Körner erhalten einen weichen, cremigen Biss.




Betty Bossi

Im Handumdrehen sauber raffeln

Apfel-Raffel «Clever»

ab CHF **21.95**

Ihr Geschenk
Rezeptbüchlein

Schauen Sie, wie einfach es geht
bettybossi.ch/apfelraffel





20 Min.
+ 30 Min.



Ohne Knochen

Entbeinte Poulet-Oberschenkel werden unter dem Namen Pouletschenkel-Steaks verkauft.

Poulet-Blech mit Süsskartoffeln

20 Min. + 30 Min. backen



- 1** 800 g Süsskartoffeln
2 Kohlrabi
2 EL Öl
½ TL Salz
wenig Pfeffer

Ofen auf 220 Grad vorheizen. Süsskartoffeln und Kohlrabi schälen, Süsskartoffeln in ca. 1 cm dicke Scheiben, Kohlrabi in Schnitze schneiden. Mit dem Öl in einer Schüssel mischen, würzen, auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen.
- 2**

Backen: ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens.
- 3** 3 Bundzwiebeln mit dem Grün
2 EL flüssiger Honig
2 EL Sojasauce
1 Knoblauchzehe
1 kg Pouletschenkel-Steaks ohne Haut
¼ TL Salz
wenig Pfeffer

Bundzwiebeln halbieren, Bundzwiebelgrün fein schneiden, beiseite stellen. Honig und Sojasauce verrühren. Knoblauch schälen, dazupressen, Poulet damit bestreichen, mit den Bundzwiebeln auf dem Gemüse verteilen, würzen.

Fertig backen: ca. 15 Min. Poulet mit der restlichen Sauce beträufeln. Bundzwiebelgrün darüberstreuen.

Portion (¼): 595 kcal, F 22 g, Kh 42 g, E 54 g



Lieblingsrezepte in
unserer App sammeln!

Im App Store
herunterladen!



30 Min.



Curry-Spaghetti mit Brätchügeli

🕒 30 Min.



- 1** 500 g **Rüebli** Rüebli schälen, längs halbieren, in Scheiben schneiden.
- 2** 400 g **Spaghetti**
Salzwasser,
siedend
1 EL Curry
2 dl Saucen-
Halbrahm
Salz, Pfeffer,
nach Bedarf
Spaghetti im siedenden Salzwasser knapp al dente kochen, kurz vor Ende der Kochzeit Rüebli und Curry kurz mitkochen. Ca. 2 dl Kochwasser beiseite stellen, Spaghetti mit den Rüebli abtropfen. Kochwasser und Saucen-Halbrahm in derselben Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren, ca. 5 Min. köcheln. Spaghetti mit den Rüebli beigegeben, mischen, würzen.
- 3** 400 g **Öl zum Braten**
Brätchügeli
½ Bund glattblättrige
Petersilie
Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Brätchügeli ca. 5 Min. braten, auf den Spaghetti verteilen. Petersilie grob schneiden, darüberstreuen.

Portion (¼): 734 kcal, F 32 g, Kh 82 g, E 27 g



15 Min.
+ 12 Min.



Die Betty Bossi Zeitung komplett glutenfrei

Kennen Sie schon unser «Glutenfrei»-Magazin – die glutenfreie Variante der Betty Bossi Zeitung? Wir sind begeistert, wie gut man auch ohne Gluten essen kann. Möchten Sie all die feinen, gelingsicheren Rezepte und cleveren Tipps und Tricks für einen Alltag ohne Gluten, abonnieren Sie die Zeitung, oder bestellen Sie das Schnupper-Abo mit 3 Ausgaben für CHF 8.90 auf: bettybossi.ch/schnupperabo



Genuss ohne
Gluten

Panizzette

15 Min. + 12 Min. backen schlank



- 1** 250 g Ruchbrot
Ofen auf 220 Grad vorheizen. Brot in 12 Scheiben schneiden, auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen.
- 2** ½ Dose Tomatensauce für Pizza (200 g)
80 g Salami in Tranchen
300 g Mozzarella
1 Glas Artischocken (ca. 285 g)
50 g entsteinte schwarze Oliven
¼ TL Salz
wenig Pfeffer
Tomatensauce und Salami auf die Brote verteilen. Mozzarella in 12 Scheiben schneiden, Artischocken abtropfen, vierteln, Oliven halbieren, alles auf die Brote verteilen, würzen.
- 3** ½ Bund glattblättrige Petersilie
Backen: ca. 12 Min. in der Mitte des Ofens. Petersilie grob schneiden, darüberstreuen.

Portion (¼): 491kcal, F 27g, Kh 33g, E 27g

tipps & tricks



TRICK 77

Alles im Griff

Sie bekommen einen Schraubdeckel partout nicht auf? Legen Sie einen breiten Gummi, zum Beispiel von einem Bund Spargeln, um den Deckel, und schon haben Sie einen guten Griff und eine bessere Kraftübertragung, um das Glas zu öffnen.



KITCHEN HACK

Eins, zwei, Rührei!

Klar, ein Rührei ist immer schnell zubereitet, aber mit seinem Trick muss Rezeptredaktor Nils Heiniger hinterher nicht mal eine Pfanne abwaschen. Zwei frische Eier in einer mikrowellengeeigneten Tasse (kein Steingut!) aufschlagen, mit 1 EL Milch verklopfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Dann wird Nils Heiniger kreativ: Mal gibt er Käse- oder Schinkenwürfel dazu, Frühlingszwiebelringe, Tomatenwürfel, Chiliflocken oder was er eben sonst gerade zur Hand hat. In der Mikrowelle bei 900 Watt ca. 45 Sekunden garen, herausnehmen, mit einer Gabel umrühren, nochmals ca. 45 Sek. fertig garen.

STAR DES MONATS

Alpkäse

Es ist keine romantische Vorstellung: Kühe, die Alpenkräuter und -gräser fressen, liefern gesündere Milch. Alpkäse hat darum eine bessere Fettzusammensetzung als Käse aus Milch von Kühen, die im Flachland gehalten werden oder Silofutter zugefüttert bekommen.



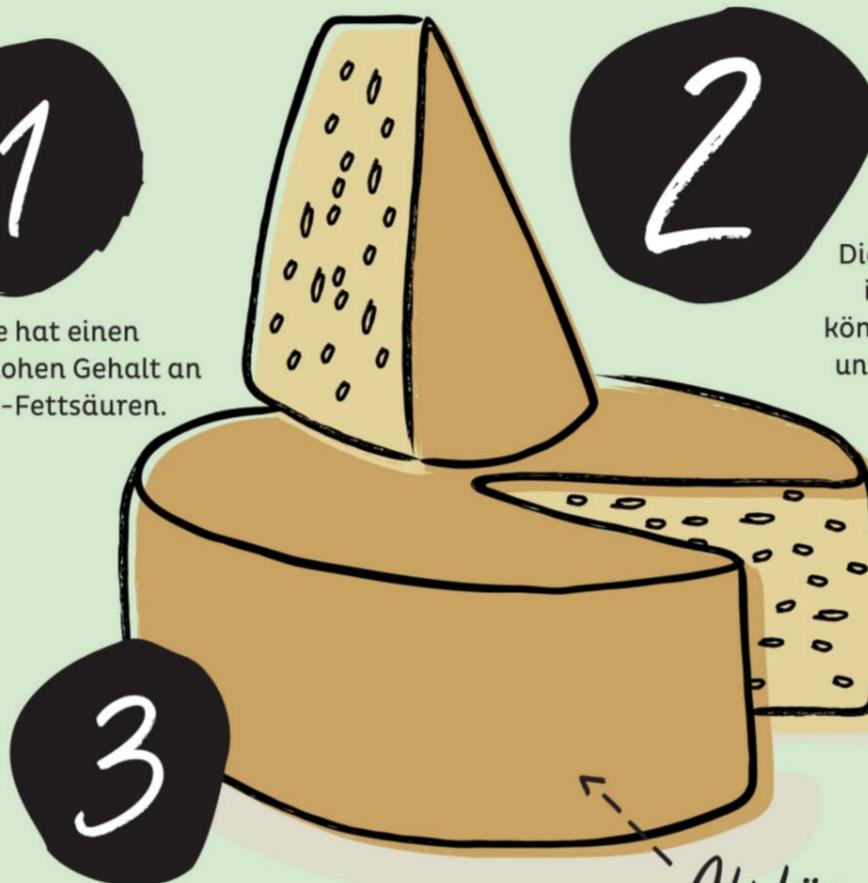
Alpkäse hat einen besonders hohen Gehalt an Omega-3-Fettsäuren.



Die Fettsäuren im Alpkäse können vor Hirn- und Herzinfarkt schützen.



Die gesunden Fettsäuren bleiben auch beim Lagern oder Erhitzen erhalten.



Alpkäse ist überragend gesund.

ERNÄHRUNGSMYTHEN

Erhöht Salz den Blutdruck

? Lassen Sie sich die Suppe nicht versalzen, denn Ihr Blutdruck muss nicht zwingend ansteigen, nur weil Sie Ihr Essen moderat gesalzen mögen. Verschiedene Studien und eine grosse dänische Metastudie haben in den letzten Jahren Zweifel am Nutzen einer salzarmen Diät auch für gesunde, normalgewichtige Menschen aufkommen lassen. Eine solche Ernährungsweise kann zwar, gemäss Experten, den Blutdruck senken, jedoch nur geringfügig. Eine Reduzierung des Risikos für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Schlaganfälle soll aber nicht erwiesen sein. Eine stark salzreduzierte Diät soll gar andere Stoffwechselwerte ansteigen lassen, zum Beispiel die der



Stresshormone Renin, Aldosteron, Adrenalin und Noradrenalin.

Salz ist für den Menschen essenziell, und die Stoffwechselfunktionen sind so komplex, dass sich der Zusammenhang von Bluthochdruck und Gesundheit nicht auf den Salzkonsum allein reduzieren lässt.

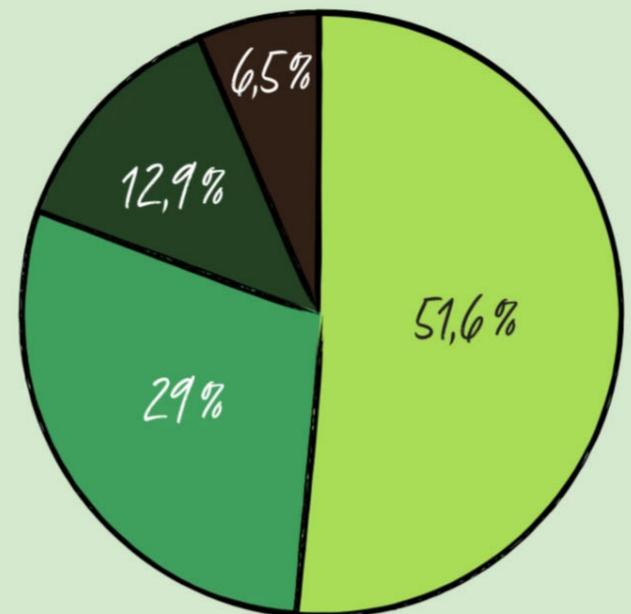
Unabhängig vom Salzkonsum senkt Kalium das Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall. Früchte, Nüsse und Gemüse sind Lebensmittel, die besonders viel Kalium enthalten.



Orangen, Spinat
und Ananas boosten
die Abwehrkräfte.

NACHGEFRAGT

Wie decken Sie den Tisch im Alltag?



- 51,6% mit Tischsets
- 29% mit Wachstischtuch
- 12,9% gar keine Unterlage
- 6,5% mit Tischläufer

Möchten Sie wissen, welche Gewohnheiten und Vorlieben Betty Bossi Leserinnen und Leser haben? Wir fragen regelmässig nach und verraten es Ihnen.

GESUNDES REZEPT

Grüne Kraft

Dieser grüne Smoothie ist reich an Antioxidantien, Vitamin C und den Mineralstoffen Kalium und Magnesium. Die Datteln bringen Power ins Spiel. Der Shake ersetzt eine kleine Mahlzeit. Haben Sie das Gefühl, vom Trinken allein nicht satt zu werden, nehmen Sie mehr Spinat und löffeln den Smoothie als süsse Suppe.

🕒 5 Min. 🌱 vegan 🍷 schlank 🚫 glutenfrei

Ergibt ca. 4 dl

- 160 g frische Ananaswürfel
- 4 entsteinte Datteln (ca. 40 g)
- 100 g Jungspinat
- 2 Orangen

Ananas, Datteln und Spinat in ein Mixglas geben. Von den Orangen Saft dazupressen, pürieren.

Portion (½): 185 kcal, F 1g, Kh 39g, E 3g

IM TREND

Nachhaltig kochen

Nachhaltig und frisch kochen ist immer mehr Leuten ein Anliegen. Kurze Transportwege für Lebensmittel stehen im Zentrum. Aber auch der Genuss ist wichtig: Natürlich gereiftes Gemüse und Obst mit vollem Aroma und hohem Vitalstoffgehalt sind gefragt. Darum ist es wichtig, möglichst saisonale und einheimische Nahrungsmittel zu wählen. Doch wissen Sie immer auswendig, was gerade Saison hat, wenn doch viel Gemüse und viele Früchte das ganze Jahr über im Angebot sind?

Coop hat einen neuen, übersichtlichen Saisonkalender entwickelt: Hier sehen Sie auf einen Blick, was in der Schweiz Saison hat. Geniessen Sie bewusst die wechselnde kulinarische Vielfalt der Jahreszeiten, und fördern Sie gleichzeitig die einheimische Landwirtschaft. Laden Sie den Kalender auf bettybossi.ch/saisonkalender herunter.



Fajita-Abend

Zartes Poulet, Pulled Beef und die besten Saucen machen dieses Fajita-Essen zu einem Hochgenuss für Sie und Ihre Gäste.



ANZEIGE



Mini-Tortillas für Maxi-Genuss

Die weichen Weizen-Tortillas von Old El Paso werden aus frischen Teigbällchen hergestellt und im Ofen gebacken. Tortillas können mit Fleisch, Bohnen, Käse oder Gemüse gefüllt und anschließend zu einer Fajita oder einem Burrito gerollt werden. Die Mini-Weizentortillas sind besonders handlich und darum auch so vielseitig einsetzbar.

Pulled Beef

🕒 25 Min. + 24 Std. marinieren + 5 Std. garen im Ofen

Für einen Fajita-Abend mit 6–8 Personen

1 kg Rindsbraten (z. B. Schulter)
1 roter Chili
1 TL Koriandersamen
1 TL Zimt
3 dl Bier

1 TL Salz

1 Baby-Ananas
4 EL Ketchup

Lässt sich vorbereiten: Pulled Beef ca. 1 Tag im Voraus zubereiten, Fleisch zerpfeifen, mit der Sauce mischen, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. Vor dem Servieren in einer Pfanne heiss werden lassen.

Portion (1/2): 241kcal, F 6g, Kh 7g, E 37g



Tipps von unserem Redaktor Patrick Legenstein

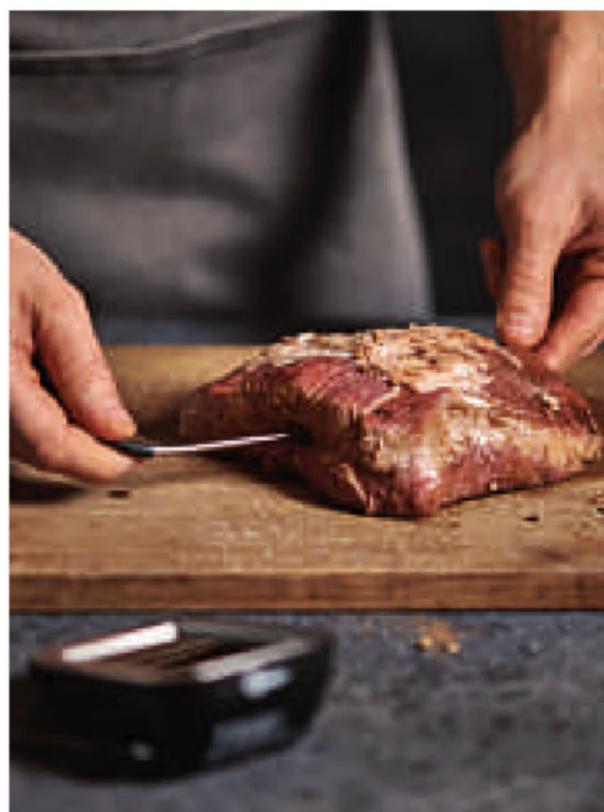
Ich lasse die Tortillas portionenweise in der Mikrowelle heiss werden, dann muss ich zwar ab und zu vom Tisch aufstehen, aber so kann ich den Gästen immer warme Tortillas servieren.

Was ich ausserdem noch dazu serviere: grob geriebenen Käse. Ich bevorzuge Cheddar, Gruyère oder Tilsiter. Eisbergsalat oder Mini-Lattiche, in Streifen geschnitten, Limettenschnitze, Koriander, Pfefferminze, Sambal Oelek und Tabasco.

Sind Kinder am Tisch, den Ketchup nicht vergessen ;-).



1 Fleisch in eine ofenfeste Form legen. Chili halbieren, entkernen, mit den Koriandersamen und dem Zimt darauf verteilen. Bier über das Fleisch giessen, Fleisch zugedeckt im Kühlschrank ca. 24 Std. marinieren, dabei einmal wenden.



3 Form in die Mitte des Ofens schieben. Fleisch salzen, Fleischthermometer an der dicksten Stelle einstecken. Fleisch in die vorgewärmte Form legen.
Garen im Ofen: ca. 3 Std.



5 Restliche Marinade über das Fleisch giessen.
Fertig garen im Ofen: ca. 1 Std. Die Kerntemperatur soll mind. 95 Grad betragen. Fleisch zugedeckt im ausgeschalteten Ofen ca. 10 Min. ruhen lassen.



2 Fleisch ca. 1 Std. vor der Zubereitung aus dem Kühlschrank nehmen. Ofen auf 120 Grad vorheizen. Fleisch aus der Form nehmen, Marinade abstreifen, Marinade durch ein Sieb in eine Schüssel giessen, beiseite stellen.



4 Ananas schälen, in Würfel schneiden, mit dem Ketchup unter die beiseite gestellte Marinade rühren. Die Hälfte davon über das Fleisch giessen.
Weitergaren im Ofen: ca. 1 Std.



6 Fleisch mit zwei Gabeln zerpfeifen, mit der entstandenen Sauce mischen.
 Tipp: Als Füllung zusammen mit Saucen und dem Lime Chicken (Seite 20–22) zu Tortillas servieren.

Bohnen-Mais-Salsa 1

🕒 15 Min. 🌱 vegan 🚫 glutenfrei

Ergibt ca. 500 g

1 Dose schwarze Bohnen (ca. 210 g)	Bohnen und Mais abspülen, abtropfen. Tomaten vierteln.
1 Dose Maiskörner (ca. 140 g)	Koriander grob schneiden.
250 g Cherry-Tomaten	
1 Bund Koriander oder Petersilie	
1 EL Olivenöl	Öl in einer beschichteten Bratpfanne warm werden lassen.
¼ TL geräucherter Paprika	Bohnen und Mais ca. 2 Min. andämpfen. Tomaten und Paprika begeben, ca. 8 Min. mitdämpfen, würzen. Koriander darunter mischen.
¼ TL Salz	
wenig Pfeffer	

Lässt sich vorbereiten: Salsa ca. 1 Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

100 g: 80 kcal, F 3 g, Kh 7 g, E 3 g

Tomaten-Salsa 2

🕒 20 Min. 🌱 vegan 🚫 glutenfrei

Ergibt ca. 450 g

3 EL Aceto balsamico bianco	Aceto und Öl verrühren, würzen.
4 EL Olivenöl	
¼ TL Salz	
wenig Pfeffer	
1 Zwiebel	Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken. Tomaten in Würfeln schneiden. Chili entkernen, in Ringe schneiden.
1 Knoblauchzehe	
2 Tomaten	
1 roter Chili	
1 Bund Koriander	Koriander und Pfefferminze grob schneiden, alles unter die Sauce mischen.
1 Bund Pfefferminze	

Lässt sich vorbereiten: Salsa ca. 1 Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

100 g: 121 kcal, F 10 g, Kh 6 g, E 1 g

ANZEIGE

Crunchy Tortilla Chips

Die knusprigen Tortilla Chips Fajita von Old El Paso schmecken köstlich und überzeugen mit einem leicht rauchigen Aroma. Genießen Sie die Chips als Beilage zum Dippen in diesen Saucen und Salsas. Für den extra Crunch: Zerdrücken Sie ein paar Chips und streuen Sie diese über die gefüllte Fajita!



Scharfe Rüebli-3sauce

🕒 30 Min. 🌱 vegan 🚫 glutenfrei

Ergibt ca. 300 g

200 g Rüebli	Rüebli und Zwiebel schälen, in Stücke schneiden. Chili halbieren, entkernen.
1 Zwiebel	
1 roter Chili	
1 EL Olivenöl	Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Rüebli, Zwiebel und Chili ca. 5 Min. andämpfen.
1 dl Wasser	Wasser dazugießen, aufkochen, zugedeckt ca. 20 Min. weich köcheln, pürieren. Limette heiss abspülen, trocken tupfen, Schale dazureiben, Saft dazupressen, salzen, verrühren.
1 Limette	
¼ TL Salz	

Lässt sich vorbereiten: Rüebli-3sauce ca. 1 Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

100 g: 74 kcal, F 4 g, Kh 7 g, E 1 g

Guacamole mit Bohnen 4

🕒 15 Min. 🌱 vegan 🚫 glutenfrei

Ergibt ca. 400 g

1 Avocado	Avocado halbieren, Fruchtfleisch herauslösen, in eine Schüssel geben. Bohnen abspülen, abtropfen, begeben, beides mit einer Gabel zerdrücken. Schalotte schälen, fein hacken, mit dem Zitronensaft begeben, salzen, verrühren. Koriander grob schneiden, mit Crème fraîche daruntermischen.
1 Dose Indianerbohnen (ca. 140 g)	
1 Schalotte	
1 EL Zitronensaft	
½ TL Salz	
1 Bund Koriander	
100 g Crème fraîche	

Lässt sich vorbereiten: Guacamole ca. ½ Tag im Voraus zubereiten, Klarsichtfolie direkt darauflegen, im Kühlschrank aufbewahren.

100 g: 175 kcal, F 15 g, Kh 4 g, E 4 g

Margarita 5

🕒 15 Min. 🌱 vegan 🚫 glutenfrei Ergibt ca. 5 dl

2½ dl Blutorangensaft	Blutorangensaft, Tequila, Zitronensirup und Eiswürfel im Mixglas pürieren.
½ dl Tequila	
4 EL Zitronensirup (z. B. Rose's Lime Juice)	
12 Eiswürfel	

1 dl: 42 kcal, F 0 g, Kh 5 g, E 1 g





ANZEIGE

**Stand'n Stuff
Soft Tortillas**



Kindertipp: Die Mini Stand'n Stuff Soft Tortillas von Old El Paso sind noch leichter in der Handhabung als die flachen Tortillas und liegen perfekt in einer Hand. Sie sind deshalb für Kinder einfacher zu verwenden. Ausserdem sind sie Ideal zum Aperitif, zum Dessert oder für eine Vielzahl verschieden gefüllter Tortillas.

Lime Chicken

🕒 30 Min. glutenfrei

Für einen Fajita-Abend mit 6–8 Personen

- 2 EL Olivenöl
- 2 EL Agavensirup oder Honig
- 1 Limette
- ½ Bund Koriander

- 4 Pouletbrüstli (je ca. 160 g)
- 1 TL Olivenöl
- ¾ TL Salz
- wenig Pfeffer

Lässt sich vorbereiten: Poulet ca. ½ Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

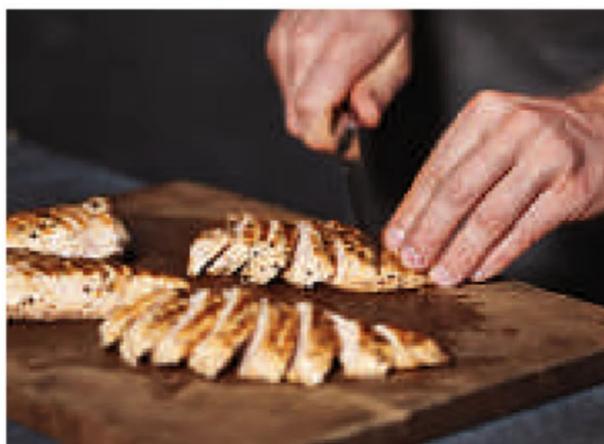
Portion (¼), ohne Tortillas:
169 kcal, F 5 g, Kh 4 g, E 26 g



1 Öl und Sirup in einer Schüssel verrühren. Limette heiss abspülen, trocken tupfen, Schale dazureiben, ganzen Saft dazupressen. Koriander grob schneiden, daruntertermischen.



2 Eine Grillpfanne heiss werden lassen. Pouletbrüstli mit dem Öl bestreichen, beidseitig je ca. 6 Min. grillieren, würzen.



3 Pouletbrüstli tranchieren, Limettensauce darüberträufeln.



4 Tortillas mit Saucen bestreichen, mit Salat belegen. Poulet darauf verteilen. Tortillas einrollen.

No bake

Das lässt den Ofen kalt und löst doch ein Feuer der Begeisterung aus. Verblüffen Sie mit diesen ungebäckenen Highlights.



Schoggi-Tartelettes

🕒 25 Min. + 1 Std. trocknen lassen

Für 4 Tartelette-Förmchen von je ca. 10 cm Ø, gefettet, mit Klarsichtfolie ausgelegt

150 g Butterherzli
80 g Butter
2 EL Kakaopulver

Guetzli in einem Plastikbeutel mit dem Wallholz fein zerstoßen. Butter in einer Pfanne schmelzen, Guetzli und Kakaopulver darunter mischen. Masse auf den vorbereiteten Förmchenböden verteilen, gut andrücken, dabei einen Rand von ca. 2 cm hochdrücken, kühl stellen.

200 g dunkle Schokolade
(64 % Kakao)
2 ½ dl Vollrahm
6 Marshmallows

Schokolade fein hacken. Rahm in einer Pfanne aufkochen, Pfanne von der Platte nehmen. Schokolade darin schmelzen, glatt rühren. Masse in die Tartelettes füllen. Marshmallows halbieren, je 3 darauflegen, ca. 1 Std. trocknen lassen. Tartelettes aus den Förmchen nehmen.

50 g dunkle Schokolade
(64 % Kakao)

Marshmallows mit der Flamme des Bunsenbrenners caramolisieren. Schokolade in Späne hobeln, darauf verteilen.

Stück: 960 kcal, F 78 g, Kh 55 g, E 6 g

Mit Video

Schauen Sie zu, wie diese Tartelettes zubereitet werden, auf videos.bettybossi.ch.



No bake Rüeblitorte

🕒 30 Min. + 2 Std. kühl stellen  glutenfrei

Für eine quadratische Springform von ca. 23 cm, Boden mit Backpapier belegt

200 g entsteinte Datteln	Datteln fein schneiden. Mandeln in einer Bratpfanne ca. 5 Min. ohne Fett rösten, ca. 30 g davon beiseite stellen.
200 g gemahlene Mandeln	
300 g Rüebl 1 Bio-Zitrone	Rüebl schälen, fein in eine Schüssel reiben. Von der Zitrone Schale dazureiben, 1 EL Saft dazupressen, Butter und Zimt darunterühren, Mandeln und Datteln daruntermischen. Masse in der vorbereiteten Form verteilen, glatt streichen.
120 g Butter, weich 1 TL Zimt	
200 g Doppelrahm-Frischkäse (z. B. Philadelphia)	Frischkäse und Rahm mit dem Dattelsirup steif schlagen, auf die Rüeblimasse verteilen. Zugedeckt im Kühlschrank ca. 2 Std. kühl stellen. Formenrand entfernen, Torte auf eine Platte schieben.
2½ dl Vollrahm 3 EL Dattelsirup	
1 Rolle oranges Modelliermarzipan (ca. 80 g)	Beiseite gestellte Mandeln auf den Tortenrand streuen. Oranges Marzipan in 16 Stücke teilen, zu Rüebl formen. Grünes Marzipan durch die Knoblauchpresse drücken, zu Kraut formen, an die Rüebl drücken, Torte damit verzieren.
½ Rolle grünes Modelliermarzipan (ca. 40 g)	

Stück (1/16): 310 kcal, F 23 g, Kh 18 g, E 6 g



No bake Banoffee Pie

🕒 30 Min. + 1 Std. kühl stellen

Für 1 Backblech «della Nonna» von ca. 11 × 35 cm oder eine Springform von ca. 20 cm Ø, mit Klarsichtfolie ausgelegt

100 g Butter	Butter schmelzen, etwas abkühlen,
160 g Guetzi (z. B. Petit Beurre)	Guetzi in einem Plastikbeutel mit dem Wallholz fein zerstoßen. Kuchenglasur schmelzen, davon ca. 50 g mit der Butter und den Guetzi mischen. Masse im vorbereiteten Blech verteilen, gut andrücken, ca. 10 Min. kühl stellen.
1 Beutel helle Kuchenglasur (ca. 125 g)	
1 Glas Caramel au beurre salé (ca. 340 g)	Caramel auf dem Guetzliboden verteilen, ca. 50 Min. kühl stellen. Pie aus der Form nehmen, auf eine Platte stellen.
1 dl Rahm	Rahm flaumig schlagen, auf dem Caramel verteilen. Bananen in Scheiben schneiden, mit dem Zitronensaft mischen, auf dem Rahm verteilen. Restliche Kuchenglasur nochmals schmelzen, über die Bananen verteilen. Nüsse grob hacken, darüberstreuen.
2 Bananen	
2 TL Zitronensaft	
20 g Pekannüsse	

Lässt sich vorbereiten: Guetzliboden mit dem Caramel ca. 1 Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. Pie kurz vor dem Servieren fertig zubereiten.

Stück (1/6): 543 kcal, F 38 g, Kh 47 g, E 3 g

Süßes für jede Gelegenheit



Diese Banoffee Pie ist ein Rezept aus unserer neusten Publikation «Das grosse Dessertbuch» – einer üppig gefüllten Schatzkiste für alle, die gerne süß verwöhnen!

Ob leichte Cremen, fruchtige Mousses, feine Schoggi-Kreationen, Schichtdesserts, Cheesecakes, Mini-Törtchen oder Glacen. Im umfassenden Standardwerk von Betty Bossi finden Sie die ganze Welt der Desserts, endlich vereint in einem Buch!

Bestellbar unter bettybossi.ch





Servier-Trick

In diesen raffinierten Kippgläsli können Sie Desserts verblüffend toll anrichten. Anrichtegläser «Magic», bestellbar auf bettybossi.ch

Cheesecake im Glas

🕒 30 Min. + 2 Std. kühl stellen

Für 4 Anrichtegläser «Magic» von je ca. 1,8 dl

50 g **Löffelbiskuits**
20 g **Butter**

Löffelbiskuits in einem Plastikbeutel mit dem Wallholz grob zerstoßen. Butter in einer Pfanne schmelzen. Biskuits begeben, mischen, in die schräg gestellten Gläser verteilen, etwas andrücken, kühl stellen.

2 Blatt **Gelatine**
300 g **griechisches Joghurt nature**
4 EL **Puderzucker**
1 EL **Wasser, siedend**
1 dl **Vollrahm**

Gelatine in kaltem Wasser ca. 5 Min. einlegen, abtropfen. Joghurt und Puderzucker verrühren. Gelatine mit dem heissen Wasser auflösen, mit 3 EL Joghurtmasse verrühren und sofort unter die restliche Masse rühren. Rahm steif schlagen, unter die Masse ziehen, in die schräg gestellten Gläser verteilen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 2 Std. fest werden lassen.

300 g **tiefgekühlter Rhabarber**
einige **tiefgekühlte Himbeeren**
4 EL **Puderzucker**
1 EL **Wasser**
1 EL **Zitronensaft**

Rhabarber, Himbeeren, Puderzucker, Wasser und Zitronensaft in einer Pfanne mischen, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 5 Min. knapp weich köcheln, auskühlen, auf der Joghurtmasse verteilen.

Portion (¼): 371kcal, F 21g, Kh 38g, E 5g



Miele

Jetzt Ihren Geschirrspüler tauschen

Manchmal ist es an der Zeit, sich von alten Geräten zu trennen und neue anzuschaffen. Der ideale Zeitpunkt ist jetzt! Sie profitieren von begeisternden Innovationen wie AutoDos, SmartSolutions oder der neuen FlexLine Korbgestaltung. Dazu sparen Sie CHF 200.– Austausch-Bonus.

Miele. Immer Besser.



**CHF 200.–
Austausch-
Bonus***

24.02.–23.04.2020

* G27515/G17510, G27315/G17310,
G27595/G17590, G27365/G17360,
G3525, G3585

Exklusiv für Betty Bossi Abonnenten

Profitieren Sie jetzt: Sie sparen CHF 7.-!

- ✓ Die besten Dessert-Kreationen, vereint in einem Buch
- ✓ Einfache Rezepte, die sich alle gut vorbereiten lassen
- ✓ Inspirationen für jede Gelegenheit, nach Jahreszeit geordnet
- ✓ Mit tollen Hingucker-Desserts und einfachen Deko-Ideen

Vorzugs-Preis
 nur CHF **29.95**
 statt CHF 36.95
 Sie sparen CHF 7.-

Das grosse Dessertbuch



Bestell-Nr. 27128.643

Kombi-Spar-Angebot!



Dessertbuch + 4 Anrichte-Gläser «Magic»

Bestell-Nr. 40224.643

nur CHF **49.85**

Sie sparen CHF 12.- statt CHF 61.85

Immer frische Brezeli!

Ihr Geschenk



Nichts klebt



Brezelieisen «Knusper-Träumli»

- + Cornet-Former
- + Spachtel
- + Rezeptbüchlein

Bestell-Nr. 25019.643

CHF **49.95**

Das ideale Set für Küche und Bad!



Hochwertiges
Komplett-Set

Super-Preis

8-teiliges Reinigungsset «Basic»

KÜCHE + BAD

Bestell-Nr. 25634.643

CHF **39.95**

Ordnung in allen Schränken!



Platz optimal ausgenutzt



Schrank-Organizer «schmal»

- + 4 Trennwände

Bestell-Nr. 25578.643

CHF **21.95**

2 in 1: Küchenmaschine und Waage!



Jetzt neu:
eingebaute Waage!

Ihr Geschenk



Küchenmaschine Bosch MUM5 Scale

Bestell-Nr. 40213.643

CHF **499.-**



Mehr Infos, Anwender-Videos und Rezepte finden Sie auf bettybossi.ch