

Betty Bossi

Der einfachste Weg zum Genuss

MEISTERSTÜCKE

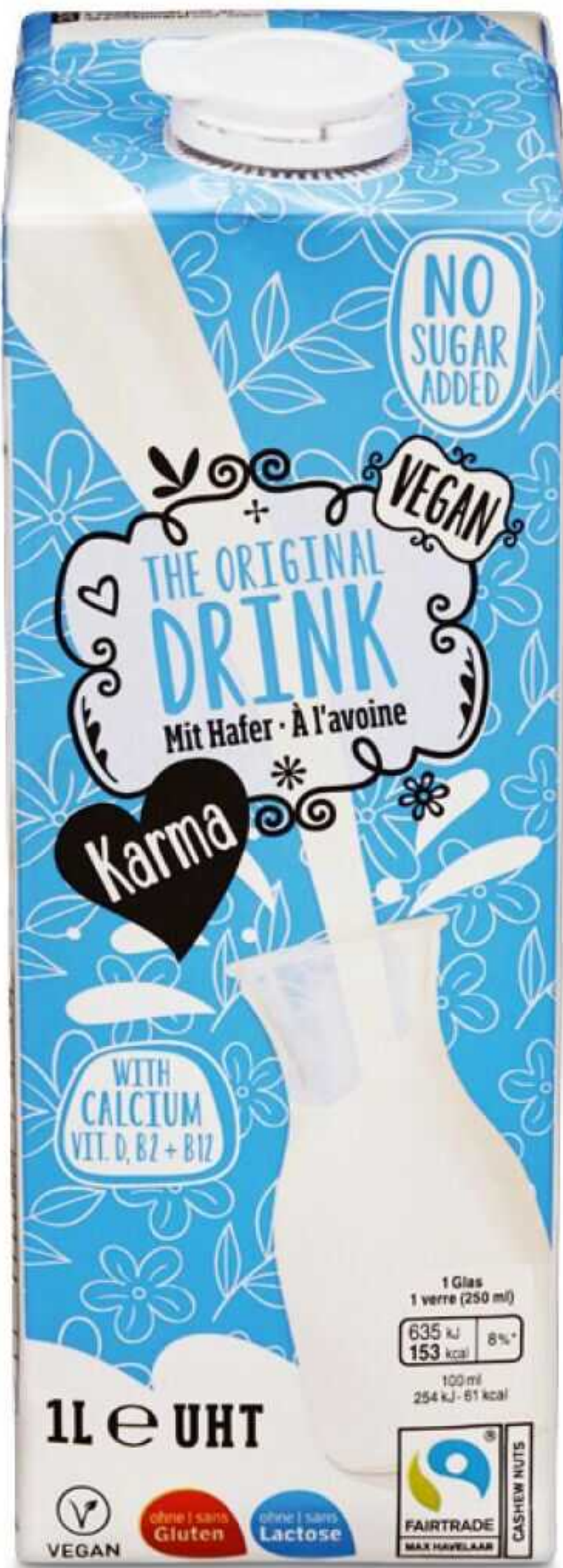
Medaillons – kleine Stücke
mit grossem Potenzial
– ab Seite 22



Ostern

Tierisch feines Gebäck und köstliche Desserts – ab Seite 26

Karma The Original Drink – Genuss für bewusste Momente



Jetzt den einmaligen Geschmack von Karma The Original Drink entdecken – eine köstliche Kombination aus Hafer, Soja und Cashew, angereichert mit wertvollen Vitaminen und Calcium. Dieser Drink überzeugt mit Geschmack und Nährwerten, die denen der Kuhmilch erstaunlich nahekommen. Ideal für alle, die Genuss und bewusste Ernährung miteinander verbinden möchten.

Der Original Drink von Karma ist in Coop Supermärkten, bei Coop City oder via coop.ch erhältlich.

we need.

Deine digitale Einkaufsliste

Möchtest du ein Rezept von unserer Website oder aus der Betty Bossi App nachkochen? Nichts einfacher als das. Denn mit einem Klick bringst du die Zutaten direkt auf die superpraktische, kostenlose Einkaufsliste von **WeNeed**.

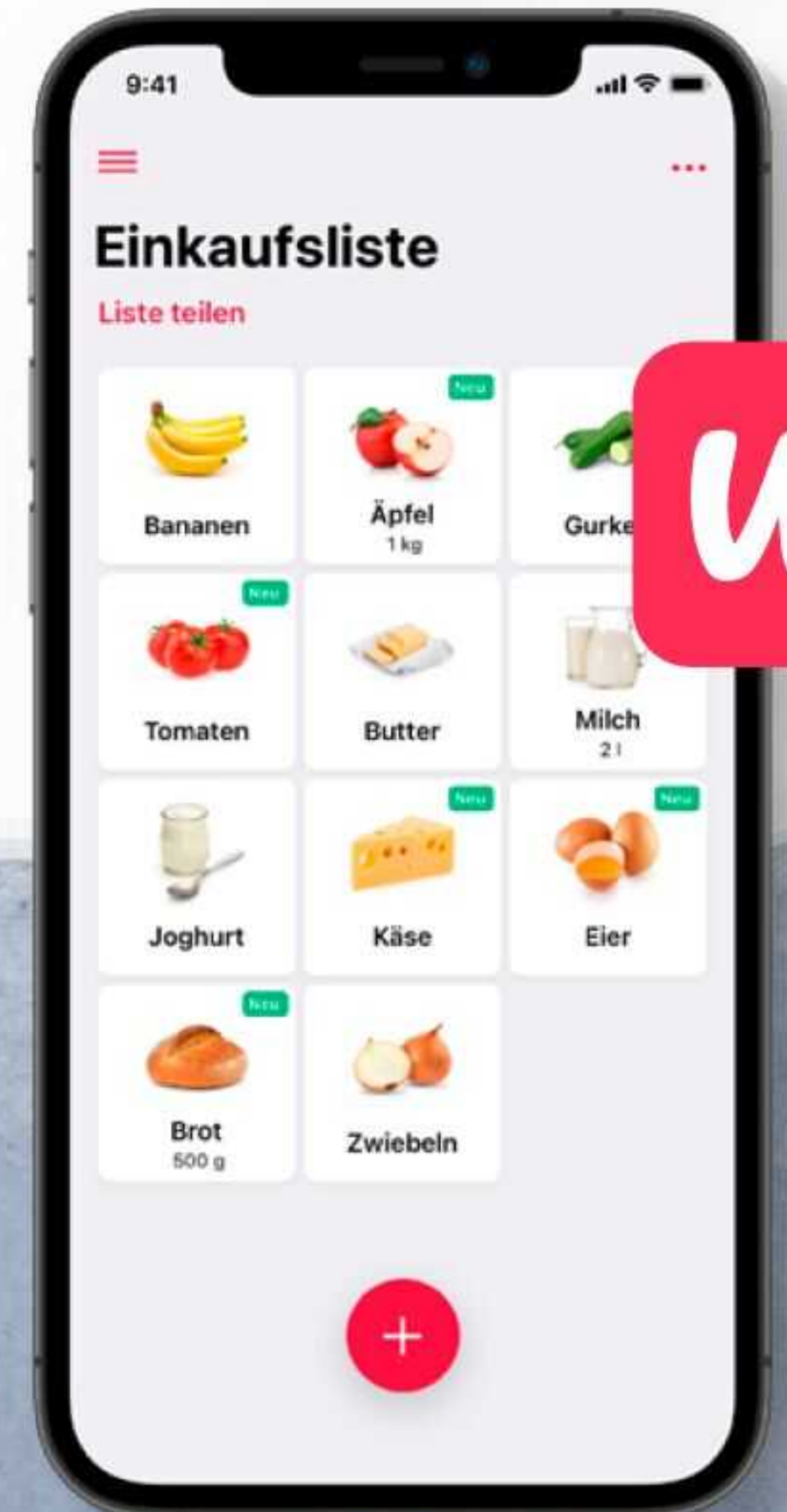
Mit **WeNeed** planst du deinen Einkauf effizient. Einfach, schnell, ohne Werbung und kostenlos.

WeNeed kannst du mit unserer Rezept-App oder über unsere Website nutzen.

Lade jetzt die App von WeNeed auf dein Smartphone!

Laden im App Store

JETZT BEI Google Play



Lindt

FROHE OSTERN

Gratis Lindt
GOLDHASE
personalisieren



Code:
bettybossi

Lisa

INHALT

Miele

Betty Bossi entwickelt alle Rezepte mit Miele Geräten.
Miele. Immer Besser.

4

SPINAT
Grünes Multitalent



22

MEISTERSTÜCKE
Medaillons – kleine Stücke mit grossem Potenzial



26

O WIE OSTERN
Tierisch feines Gebäck und köstliche Desserts



Keinohrhasen und andere Osterfreuden

Die Ohren sind beim Schoggihasen immer als Erstes fällig. Sie sind zu verlockend: herrlich knackig und einfach abzubeissen. Ist die erste Gier gestillt, steht der restliche Körper etwas verloren herum, als hätte ein Schoggihase ohne seine Ohren nicht mehr viel zu bieten. Doch gerade deshalb, weil er keine Ohren hat, glänzt der Schoggihase als Oster-Shake umso mehr – schau auf Seite 13!

Ostern hat natürlich noch mehr zu bieten als Schokolade: In dieser Ausgabe feiern wir das Fest mit süssen Gebäckideen und Desserts und mit feinen frühlingshaften Gerichten für den Alltag und für Gäste. Lass diese Ostern so richtig schön werden! Frohes Backen, Mixen und Geniessen!



Betty

Leiterin Redaktion und Gestaltung

REZEPTE AUF'S HANDY

Scanne den QR-Code bei den Rezepten mit der Kamera des Smartphones und gelange direkt zum digitalen Rezept. Wenn du unsere **Rezept-App** hast, kannst du gleich die vielen praktischen Funktionen nutzen!



Lade
jetzt
die App
gratis
herunter!





Spinat

Spinat ist der grüne Held
für kreative Gerichte
und bringt Frische und Power
auf deinen Teller.

Spinatsalat mit Falafeln

🕒 15 Min. 🌱 vegan 🚫 laktosefrei

50 g Mandeln

Mandeln grob hacken, in einer beschichteten Bratpfanne ohne Fett rösten. Herausnehmen, beiseite stellen.

1 Bio-Orange

2 EL Aceto balsamico bianco

3 EL Olivenöl

20 g Ingwer

¼ TL Salz

wenig Pfeffer

300 g Cherry-Tomaten

200 g Jungspinat

Von der Orange die Schale in eine Schüssel reiben, ganzen Saft dazupressen. Aceto und Öl beigeben. Ingwer schälen, dazureiben, würzen. Tomaten halbieren, mit dem Spinat zur Sauce geben, mischen.

1 EL Olivenöl

200 g Spinat-Falafeln (Karma)

Öl in derselben Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, Falafeln rundum ca. 5 Min. braten. Herausnehmen, mit den beiseite gestellten Mandeln auf dem Salat verteilen.

Portion (¼): 358 kcal, F 26 g, Kh 18 g, E 9 g

Rezept
speichern



ANZEIGE



Unwiderstehliche Spinach Falafel von Karma

Die Spinat-Falafeln von Karma bringen Abwechslung auf deinen Teller. Sie eignen sich ideal als Snack und machen auch in deinem Wrap oder als Zutat in der Bowl eine tolle Figur. Sie liefern dir ausserdem eine Extraportion Grün und sind 100 % natürlich. Für alle, die es am liebsten naturbelassen mögen!

Die Spinach Falafel von Karma sind in Coop Supermärkten, bei Coop City und via [coop.ch](https://www.coop.ch) erhältlich.



Spinat-Osterkuchen

🕒 35 Min. + 55 Min. backen 🌱 vegetarisch 🚫 laktosefrei

Für eine Springform von ca. 24 cm Ø, Boden mit Backpapier belegt, Rand gefettet

130 g geriebener Sbrinz	Ofen auf 200 Grad vorheizen. Käse, Sojadrink, Ei und Mandeln in einer Schüssel gut verrühren, würzen.
1 dl Sojadrink nature (Karma)	Spinat grob hacken, gut ausdrücken, unter die Masse mischen.
1 Ei	
50 g gemahlene geschälte Mandeln	
1 TL Salz	
wenig Pfeffer	
300 g Spinat	

2 Päckli Strudelteige (je ca. 120 g)	Teigblätter von einem Päckli Strudelteig sorgfältig auseinanderfalten, mit wenig Öl bestreichen. Teigblätter leicht überlappend in die vorbereitete Form legen. Mandeln darauf verteilen. Spinatfüllung auf dem Teigboden verteilen. Mit einem Löffel 5 tiefe Mulden in die Masse drücken. Eier einzeln in einer Tasse aufschlagen, vorsichtig in je eine Mulde geben, mit etwas Spinatfüllung bedecken. Strudelrand über die Spinatfüllung legen. Teigblätter des zweiten Päckli sorgfältig auseinanderfalten, mit wenig Öl bestreichen. Einzeln zusammenraffen, auf die Masse legen, mit restlichem Öl bestreichen.
3 EL Olivenöl	
2 EL gemahlene geschälte Mandeln	
5 Eier	

Backen: zugedeckt mit einem Backpapier ca. 55 Min. auf der untersten Rille des Ofens. Kuchen herausnehmen, etwas abkühlen, Formenrand entfernen, Kuchen auf eine Platte schieben, lauwarm servieren.

Portion (%): 393 kcal, F 25g, Kh 20g, E 20g



Rezept
speichern



ANZEIGE



Karma Bio-Sojadrink – für jeden Tag

Entdecke pflanzlichen Genuss in bester Form mit dem Bio-Sojadrink von Karma. Sojadrinks haben den höchsten Proteingehalt unter den Milchalternativen und sind unglaublich vielseitig. Ob pur oder im Kaffee – bei jedem Schluck geniessen. Natürlich auch perfekt fürs Müesli und zum Kochen.

Der Bio-Sojadrink von Karma ist in Coop Supermärkten, bei Coop City und via [coop.ch](https://www.coop.ch) erhältlich.



Spinat-Pasta

🕒 25 Min. 🥕 vegetarisch

500 g Teigwaren (z. B. Orecchiette) Salzwasser, siedend	Teigwaren im siedenden Salzwasser al dente kochen, ca. 2½ dl Kochwasser beiseite stellen, Teigwaren abtropfen.
2 Zwiebeln 2 Knoblauchzehen 1 EL Butter 2 dl Rahm 3 EL Erdnussmus (Karma) 1 Msp. Muskat 250 g Spinat ½ TL Salz wenig Pfeffer	Zwiebeln und Knoblauch schälen, in Stücke schneiden. Butter in einer weiten Pfanne warm werden lassen. Zwiebeln und Knoblauch ca. 3 Min. andämpfen. Rahm mit dem beiseite gestellten Kochwasser dazugiessen, aufkochen. Hitze reduzieren, Erdnussmus und Muskat beigeben, ca. 5 Min. kochen. Die Hälfte des Spinats daruntermischen, Sauce pürieren, würzen.
200 g Freiburger Vacherin 2 EL gesalzene Erdnüsse	Käse grob reiben, unter die noch warme Sauce rühren. Teigwaren mit dem restlichen Spinat daruntermischen, heiss werden lassen, anrichten. Nüsse grob hacken, darüberstreuen.

Portion (¼): 945 kcal, F 45 g, Kh 97 g, E 35 g

Rezept
speichern



ANZEIGE



Bio-Erdnussmus für dein Karma

Das Bio-Erdnussmus von Karma ist vielseitig und immer genussvoll – ganz ohne Zusatzstoffe. Es eignet sich als Brotaufstrich und macht Saucen noch cremiger. Das Mus passt sowohl zu süssen als auch zu herzhaften Gerichten. Aus 100 % Erdnüssen, fair angebaut und gehandelt. Für puren Genuss.

Das Bio-Erdnussmus von Karma ist in Coop Supermärkten, bei Coop City und via [coop.ch](https://www.coop.ch) erhältlich.

Don't worry
EAT HAPPY



Karma

Natürlich vegetarisch.

coop

Für mich und dich.

Spinat-Risotto mit Tempeh

🕒 30 Min. 🌱 vegetarisch

100 g Jungspinat
½ dl Wasser
2 Prisen Salz

Ca. 20 g Jungspinat beiseite stellen. Restlichen Spinat mit dem Wasser in einen Messbecher geben, pürieren, salzen.

1 Zwiebel
1 EL Olivenöl
300 g Risottoreis
 (z. B. Carnaroli)

Zwiebel schälen, fein hacken. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel ca. 2 Min. andämpfen. Reis begeben, unter Rühren dünsten, bis er glasig ist.

2½ dl Weisswein
9 dl Gemüsebouillon, heiss
40 g Butter
40 g geriebener Parmesan
Salz, Pfeffer,
nach Bedarf

Die Hälfte des Weins dazugießen, vollständig einkochen, restlichen Wein dazugießen, vollständig einkochen. Bouillon unter häufigem Rühren nach und nach dazugießen, sodass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist. Ca. 20 Min. köcheln, bis der Reis cremig und al dente ist. Butter und Käse mit dem pürierten Spinat unter den Risotto mischen, würzen.

1 EL Olivenöl
200 g Tempeh Nature
 (Karma)
¼ TL Salz
wenig Pfeffer
1 Bio-Zitrone

Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Tempeh zerbröckeln, ca. 9 Min. knusprig braten, würzen. Risotto auf Tellern anrichten, Tempeh mit dem beiseite gestellten Spinat darauf verteilen. Von der Zitrone die Schale darüberreiben.

Rezept
speichern



Portion (¼): 606 kcal, F 26 g, Kh 62 g, E 19 g

ANZEIGE



Karma Bio-Tempeh Nature: dein Proteinspender

Auf der Suche nach einer veganen Proteinquelle, die mit ihrem nussigen Geschmack überzeugt? Dann ist der Bio-Tempeh Nature von Karma in EU-Bio-Qualität genau das Richtige! Tempeh ist ein echtes Allroundtalent – er schmeckt angebraten genauso wie gedämpft oder einfach mariniert.

Bio-Tempeh Nature von Karma ist in Coop Supermärkten, bei Coop City und via [coop.ch](https://www.coop.ch) erhältlich.





Spinat-Omeletten

🕒 40 Min. + 30 Min. quellen lassen 🌱 vegetarisch

Ergibt 8 Omeletten

200 g Mehl ¾ TL Salz 200 g Spinat 4 dl Milch 4 frische Eier	Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Mehl und Salz in einer Schüssel mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Spinat mit der Milch und den Eiern pürieren, nach und nach unter Rühren mit dem Schwingbesen in die Mulde giessen,iterrühren, bis der Teig glatt ist. Teig zugedeckt ca. 30 Min. quellen lassen.
Bratbutter <i>zum Backen</i>	Wenig Bratbutter in einer beschichteten Bratpfanne (ca. 28 cm Ø) heiss werden lassen. Ca. ¾ dl Teig in die Pfanne geben, sodass der Boden dünn überzogen ist. Hitze reduzieren. Ist die Unterseite gebacken und löst sie sich von selbst, Omelette wenden, fertig backen, warm stellen. Mit dem restlichen Teig gleich verfahren.
1 Schalotte 1 Dose Kichererbsen <i>(Karma, ca. 400 g)</i> 1 EL Olivenöl 800 g Blattspinat 250 g Ricotta 1¼ TL Salz wenig Pfeffer 1 Bio-Zitrone	Schalotte schälen, fein hacken, Kichererbsen abspülen, abtropfen. Öl in einer weiten Pfanne warm werden lassen. Schalotte und Kichererbsen ca. 5 Min. andämpfen. Spinat nach und nach begeben, zusammenfallen lassen, zugedeckt ca. 5 Min. weiterdämpfen. Ricotta daruntermischen, würzen. Von der Zitrone die Schale dazureiben. Omeletten mit der Spinatfüllung anrichten.

Portion (¼): 616 kcal, F 25g, Kh 61g, E 34 g

Rezept
speichern



ANZEIGE



Karma Bio-Kichererbsen: nahrhaft und köstlich

Karma Bio-Kichererbsen sind wahre Alleskönner: Sie bieten dir wertvolle Proteine und begeistern mit ihrem nussigen Geschmack. Es gibt fast kein Gericht, zu dem sie nicht passen. Die perfekte Zutat sowohl für Hummus, Eintöpfe und Currys als auch für gefüllte Omeletten.

Die Karma Bio-Kichererbsen sind in Coop Supermärkten, bei Coop City und via [coop.ch](https://www.coop.ch) erhältlich.

Spinat-Tätschli

🕒 40 Min. 🌱 vegetarisch 🚫 laktosefrei

Ergibt 12 Stück

1 Zwiebel	Zwiebel und Knoblauch schälen, fein hacken. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Knoblauch kurz andämpfen.
1 Knoblauchzehe	
1 EL Olivenöl	Bouillon dazugießen, aufkochen. Maisgriess einrühren, unter Rühren bei kleiner Hitze ca. 4 Min. zu einem dicken Brei köcheln. Spinat und Baumnusskerne fein hacken, beides mit dem Käse daruntermischen, auskühlen (siehe Tipp).
6 dl Gemüsebouillon	
150 g mittelfeiner Maisgriess (4 Min.)	
150 g Spinat	
100 g Baumnusskerne	
100 g geriebener Gruyère	
Öl zum Braten	Polenta-Masse zu ca. 12 Tätschli formen. Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Tätschli in zwei Portionen beidseitig je ca. 3 Min. braten.
400 g Sojajoghurt nature (Karma)	Joghurt würzen, Dill zerzupfen und dar-untermischen. Von der Zitrone die Schale dazureiben. Dip zu den Tätschli servieren.
½ TL Salz	
wenig Pfeffer	
1 Bund Dill	
1 Bio-Zitrone	

Tipp: Die Spinat-Polenta auf einem Backblech austreichen, so ist sie schon nach 15 Min. ausgekühlt.

Stück: 192 kcal, F 12 g, Kh 15 g, E 6 g



Rezept
speichern



ANZEIGE



Cremiger Genuss dank Karma Bio-Sojajoghurt

Dieses Bio-Sojajoghurt von Karma überzeugt mit seiner feinen Cremigkeit und natürlichen Zutaten. Hergestellt aus hochwertigem Bio-Soja, ist es die ideale Wahl für pflanzlichen Genuss

ohne Kompromisse – ob zum Frühstück, für zwischendurch oder als Abschluss zum Dessert.

Das Bio-Sojajoghurt von Karma ist in Coop Supermärkten, bei Coop City und via [coop.ch](https://www.coop.ch) erhältlich.



Joya

Rückenschmerz ade!

Erlebe die Innovation für deine
Gesundheit – für schmerzfreies
Gehen und Stehen.

FOREVERFOAM®



Schweizer
Sohlentechnologie



joyaschuhe.swiss





...super einfache
Deko-Ideen für
deinen Ostertisch



Oster-Frappé

So gehts: 250 g Erdbeeren, 2 Kugeln Vanilleglace, 180 g Vanillejoghurt mit 2 dl Milch fein pürieren, in Schokolade-Osterhasen gießen, evtl. mit Schlagrahm verzieren.



Marshmallow-Hase

Material: Glas mit Deckel, kleine Marshmallows, Dekoaugen, wasserfester Filzstift, dickes Glitzerpapier, Leim.

So gehts: Marshmallows ins Glas füllen, Augen aufkleben, Nase und Mund aufmalen, aus dem Papier Ohren mit kleiner Lasche ausschneiden, Lasche falten, Ohren am Deckel ankleben.



Bemalte Eier

Material: gekochte Eier, Lebensmittel-Filzstifte

So gehts: Eier nach Belieben bemalen und beschriften

SCHNELL & SAISONAL



DAS HAT SAISON

Gemüse

Bundzwiebeln

Chicorée

grüne Spargeln

Kohlrabi

Krautstiel

Lauch

Mairüben

Rhabarber

Rucola

Rüebli

Spinat

Zwiebeln

Früchte

Kiwis

Lageräpfel

Orangen



35

MINUTEN



Forellenfilets auf Erbsli-Couscous

🕒 35 Min. 🍴 schlang 🚫 laktosefrei

- 1 rote Zwiebel
- 1 Bund Radiesli
- 2 EL Essig
- 3 EL Wasser
- 1 EL Zucker

Zwiebel schälen, in feine Ringe, Radiesli in Scheibchen schneiden. Essig und Wasser mit dem Zucker in einer kleinen Pfanne aufkochen. Pfanne von der Platte nehmen. Gemüse begeben, mischen, zugedeckt beiseite stellen, dabei ab und zu mischen.

- 1 EL Olivenöl
- 600 g tiefgekühlte Erbsli, angetaut
- 4 dl Wasser
- 1 TL Salz
- wenig Pfeffer
- 75 g Couscous

Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Erbsli ca. 5 Min. andämpfen. Wasser dazugießen, aufkochen, salzen. Hitze reduzieren, ca. 5 Min. köcheln, würzen. Couscous daruntermischen, ca. 5 Min. zugedeckt ziehen lassen.

- 480 g Forellenfilets
- 1 EL Olivenöl
- ¾ TL Salz
- wenig Pfeffer

Fischfilets mit einer Pinzette von allfälligen Gräten befreien, halbieren. Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Fischfilets würzen, mit der Hautseite nach unten ca. 3 Min. anbraten, wenden, ca. 1 Min. fertig braten. Erbsli-Couscous mit den Fischfilets anrichten, Pickles darauf verteilen.

Portion (¼): 423 kcal, F 15 g, Kh 38 g, E 34 g

Rezept speichern



Die Pickles passen auch super zu Gschwelkti. Im Kühlschrank sind sie 2 Tage haltbar.



30

MINUTEN

Kresse-Schaumsuppe

🕒 30 Min. 🌱 vegetarisch

Als Vorspeise für 8 Personen

Ergibt ca. 1 Liter

200 g mehlig kochende Kartoffeln
1 Schalotte
1 EL Olivenöl
2½ dl Prosecco oder Weisswein

Kartoffeln und Schalotte schälen, Kartoffeln in Stücke schneiden, Schalotte fein hacken. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Schalotte und Kartoffeln ca. 2 Min. andämpfen. Prosecco dazugliessen, fast vollständig einkochen.

9 dl Gemüsebouillon
2 dl Vollrahm
wenig Pfeffer

Bouillon und Rahm dazugliessen, aufkochen. Hitze reduzieren, ca. 15 Min. köcheln. Suppe pürieren, würzen.

100 g Kresse
wenig Micro Greens
½ EL Olivenöl

Kresse unter die heisse Suppe mischen, mit dem Mixstab aufschäumen, anrichten. Micro Greens auf der Suppe verteilen, Öl darüberträufeln.

Dazu passen: geröstete Brotscheiben.

Portion (¼): 324 kcal, F 23 g, Kh 16 g, E 4 g

Rezept
speichern



ANZEIGE



Mit Bouillon wird's noch feiner

Die Gemüsebouillon von Free From ist die perfekte Wahl für alle, die Gluten, Lactose oder Sellerie meiden müssen. Mit natürlichen Zutaten wie Rüebli, Lauch und Zwiebeln sorgt sie für aromatischen Geschmack in jeder Mahlzeit. Ideal für eine herzhaftere Tasse Bouillon, zum Kochen von Reis oder als Würze für Saucen – 100 % vegan und einfach gut!

Erhältlich in Coop Supermärkten, in der Lebensmittelabteilung der Coop City Warenhäuser sowie auf [coop.ch](https://www.coop.ch)

GUT ZU WISSEN

Wenn du Paniertes im Ofen warm hältst, halte die Ofentür mit einem Kellenstiel einen Spaltbreit offen, damit die Panade knusprig bleibt.


30
MINUTEN

Panierte Pouletplätzli

 30 Min.

- 2 EL Mehl
- 1 Ei
- 80 g Panko oder Paniermehl
- 20 g Mandelblättchen
- 4 Pouletbrust-Charbonnade (je ca. 100 g)
- ¾ TL Salz
- wenig Pfeffer

Ofen auf 60 Grad vorheizen, Platte und Teller vorwärmen. Mehl in einen flachen Teller geben. Ei in einem tiefen Teller verklopfen. Panko und Mandeln in einem flachen Teller mischen. Pouletplätzli würzen, im Mehl wenden, überschüssiges Mehl abschütteln, im Ei, dann in der Panko-Mischung wenden, Panade gut andrücken.

- 4 EL Bratbutter

2 EL Bratbutter in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Hitze reduzieren, Pouletplätzli in zwei Portionen bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 3 Min. braten, warm stellen.

- 3 EL Apfelessig
- 4 EL Olivenöl
- 2 EL flüssiger Honig
- ¾ TL Salz
- wenig Pfeffer
- 1 Bund Pfefferminze
- 200 g Jungsalat

Essig, Öl und Honig in einer Schüssel verrühren, würzen. Pfefferminzblätter abzupfen, mit dem Jungsalat kurz vor dem Servieren daruntermischen, zu den Pouletplätzli servieren.

Portion (¼): 525 kcal, F 32 g, Kh 30 g, E 30 g

Rezept
speichern





30

MINUTEN

Pasta mit Morchelsauce

🕒 30 Min.

20 g getrocknete Morcheln
3 Bundzwiebeln
mit dem Grün

Morcheln in eine kleine Schüssel geben, mit kaltem Wasser bedecken, ca. 15 Min. einweichen. Bundzwiebeln in feine Ringe schneiden.

350 g Teigwaren
(z. B. Pappardelle)
Salzwasser, siedend
100 g Rucola

Teigwaren im siedenden Salzwasser al dente kochen. Teigwaren abtropfen, zurück in die Pfanne geben, Rucola daruntermischen.

1 EL Olivenöl
1 dl Weisswein
1 EL Zitronensaft
2 dl Fleischbouillon
2 dl Saucen-Halbrahm
½ TL Paprika
Salz, Pfeffer, nach Bedarf

Öl in einer beschichteten Bratpfanne heiss werden lassen. Morcheln gut waschen, abtropfen, mit den Bundzwiebeln ca. 2 Min. rührbraten. Wein und Zitronensaft begeben, Bouillon und Saucen-Halbrahm dazugiesen, aufkochen. Hitze reduzieren, ca. 10 Min. einkochen. Paprika daruntermischen, würzen, mit den Nudeln mischen, anrichten.

Portion (¼): 512 kcal, F 17 g, Kh 68 g, E 15 g

Rezept
speichern





55

MINUTEN



Wellen-Kartoffeln

🕒 15 Min. + 40 Min. backen 🌱 vegetarisch 🚫 glutenfrei

Für den Wellenschneider

- 1,2 kg fest kochende Kartoffeln
- 3 EL Olivenöl
- 50 g geriebener Sbrinz
- 1 TL Paprika
- 1 TL Curry
- 1 TL Salz

Ofen auf 240 Grad vorheizen. Kartoffeln mit der Schale gut waschen, mit dem Wellenschneider in ca. 1½ cm dicke Stängel schneiden, in eine Schüssel geben. Öl, Käse, Paprika, Curry und Salz dazumischen, Kartoffeln auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen.

Backen: ca. 40 Min. in der Mitte des Ofens.

- 100 g Ketchup
- 200 g Dessert extrafin (Sauermilch)
- 50 g Sweet Chili Sauce
- 1 Bund glattblättrige Petersilie

Ketchup, Sauermilch und Chili Sauce verrühren. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen, Petersilie fein schneiden, darüberstreuen. Dip dazu servieren.

Dazu passt: Salat.

Portion (¼): 467 kcal, F 20 g, Kh 62 g, E 11 g

Rezept
speichern



DIE PERFEKTE WELLE FÜR DEIN GEMÜSE

So speziell hat dein Gemüse noch nie ausgesehen. Unser **Wellenschneider** mit zwei Messergrößen schneidet Gemüse aller Art in dekorative Scheiben und Sticks. Der Schneider lässt sich praktisch und sicher verstauen.

Erhältlich auf bettybossi.ch





55

MINUTEN

Spargel-Pizza mit pochiertem Ei

🕒 30 Min. + 25 Min. backen 🌱 vegetarisch

1 kg grüne Spargeln
2 EL Olivenöl
¾ TL Salz
wenig Pfeffer
800 g Pizzateig
(aus dem Beutel)

Backblech auf die unterste Rille des Ofens schieben. Ofen ca. 20 Min. auf 240 Grad vorheizen.
Unteren hölzernen Teil der Spargeln wegschneiden, Spargeln schräg in ca. 3 cm lange Stücke schneiden, in eine Schüssel geben. Öl daruntermischen, würzen. Teig auf einem Backpapier rechteckig ca. 30 x 40 cm ausziehen.

200 g Crème fraîche
½ TL Salz
300 g Mozzarella
3 EL geriebener Sbrinz

Crème fraîche verrühren, salzen, Teig damit bestreichen. Mozzarella zerzupfen, mit den Spargeln darauf verteilen, Käse darüberstreuen. Backpapier auf das heiße Blech ziehen. (Achtung, sehr heiss!)
Backen: ca. 25 Min. auf der untersten Rille des Ofens.

1 l Wasser
1 dl Weissweinessig
4 frische Eier
wenig Fleur de Sel
wenig Pfeffer

Wasser und Essig in einer Pfanne aufkochen, Hitze reduzieren. Eier einzeln in eine Tasse aufschlagen, sorgfältig ins leicht siedende Wasser gleiten lassen, ca. 4 Min. knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Eier mit einer Schaumkelle herausnehmen, abtropfen. Pizza aus dem Ofen nehmen, Eier darauf verteilen, würzen.

Portion (¼): 1210 kcal, F 74 g, Kh 97 g, E 43 g

Rezept
speichern





30

MINUTEN



Rindfleisch auf Ebly®

🕒 30 Min. 🍴 schlank 🥗 low carb

700 g Kohlrabi 2 rote Peperoncini	Kohlrabi schälen, in Würfeli schneiden. Peperoncini entkernen, in feine Streifen schneiden.
1 EL Öl 150 g Ebly® 5 dl Wasser ¾ TL Salz wenig Pfeffer	Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Kohlrabi, Peperoncini und Ebly® ca. 5 Min. andämpfen. Wasser dazugießen, aufkochen. Hitze reduzieren, zugedeckt ca. 15 Min. kochen, würzen.
400 g Rindshuft 1 EL Öl ¾ TL Salz wenig Pfeffer 150 g griechisches Joghurt nature 1 Limette	Fleisch in ca. 1½ cm grosse Würfel schneiden. Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch ca. 2 Min. braten. Herausnehmen, Fleisch würzen, mit dem Joghurt auf dem Ebly® anrichten. Limette heiss abspülen, trocken tupfen, Schale darüberreiben. Limette in Schnitze schneiden, dazu servieren.

Portion (¼): 333 kcal, F 14 g, Kh 22 g, E 31 g

Rezept
speichern



SO LEICHT!

Einfaches Kalorienzählen mit individuellen Rezepten und Aktivitäts-Tracking.

APP «GESUND
ABNEHMEN»
GRATIS TESTEN!



Meisterstücke

Medaillons – kleine Filetstücke mit grossem Potenzial: zart, saftig und immer ein Highlight auf dem Teller.



RUND UM DEN GRILL

Unser neues Buch «Rund um den Grill» bringt frischen Wind in deine Grillparty. Du findest darin alles, was Wurst, Steak, Spiessli & Co. perfekt ergänzt: die besten Beilagen, Vorspeisen, Apéros und Desserts. Alle Rezepte funktionieren mit und ohne Grill! Passend dazu: die Edelstahlschüssel mit Deckel – perfekt, um den Beilagensalat aufzubewahren und zu transportieren.

Erhältlich auf bettybossi.ch!

Kalbsmedaillons vom Grill

🕒 25 Min. 🥛 laktosefrei 🌾 glutenfrei

4 Kalbsmedaillons (je ca. 80 g)	Fleisch ca. 30 Min. vor dem Grillieren aus dem Kühlschrank nehmen.
300 g Cherry-Tomaten 3 Bundzwiebeln mit dem Grün 1 EL Olivenöl 1 dl Weisswein 3 EL Aceto balsamico 4 Zweiglein Rosmarin ¼ TL Salz wenig Pfeffer	Tomaten halbieren, Bundzwiebeln schräg in ca. 4 cm lange Stücke schneiden, beides in eine Grillschale geben. Öl, Wein und Aceto daruntermischen, Rosmarin beigeben, würzen. Gemüse über starker Glut oder auf höchster Stufe (ca. 240 Grad) ca. 4 Min. grillieren. Zugedeckt beiseite stellen.
½ EL Olivenöl ½ TL Salz wenig Pfeffer	Medaillons mit Öl bestreichen, würzen. Medaillons über starker Glut oder auf höchster Stufe (ca. 240 Grad) beidseitig je ca. 3 Min. grillieren, mit dem beiseite gestellten Gemüse anrichten.

Dazu passen: Ofen-Frites.

Portion (¼): 195 kcal, F 7 g, Kh 9 g, E 20 g

Rezept
speichern

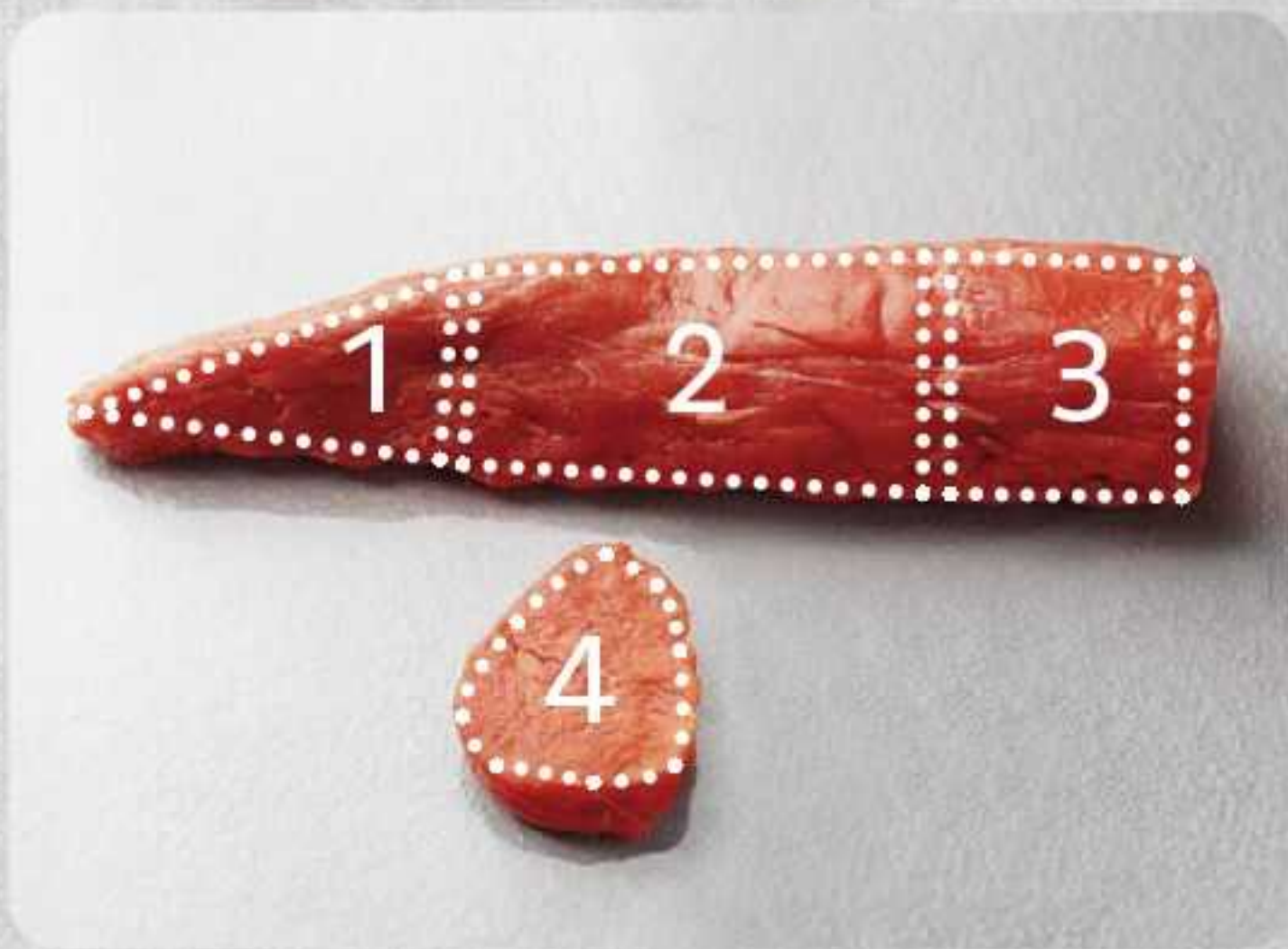


Was ist eigentlich ein Medaillon?

Patrick, Rezeptredaktor

Medaillons stammen vom Filet. Dieses wird unterteilt in die dünn auslaufende Filetspitze (1), das hochwertige Mittelstück (2) und den Filetkopf (3).

Medaillons (4) werden aus dem Mittelstück geschnitten und haben deshalb eine gleichmässig runde Form.



Warum sind Medaillons so zart?

Das Filet ist das edelste Stück vom Fleisch. Es ist besonders zart und mager, denn es ist kurzfasrig und frei von Bindegewebe.

Was ist der Unterschied zwischen einem Medaillon und einem Tournedos?

Keiner. Es ist nur eine andere Bezeichnung für dasselbe Stück.



Schweinsfilet-Chüsseli

🕒 30 Min. + 20 Min. backen

Ergibt 8 Stück

1 Schweinsfilet (ca. 500 g) ½ TL Salz wenig Pfeffer 1 EL Öl	Ofen auf 220 Grad vorheizen. Filet in 8 gleich dicke Medaillons schneiden, würzen. Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Medaillons in 2 Portionen beidseitig je ca. 30 Sek. anbraten. Herausnehmen, auf ein Gitter legen.
1 ausgewallter Blätterteig (ca. 25 × 42 cm) 80 g Dörraprikosen 1 roter Chili 100 g Mascarpone 2 Prisen Salz 1 Ei	Teig entrollen, quer halbieren, beide Hälften aufeinanderlegen, etwas andrücken. Teig längs halbieren, quer in 8 gleich grosse Rechtecke schneiden, mit dem Wallholz etwas grösser auswallen, auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Teigstücke mit einer Gabel dicht einstechen. Aprikosen grob schneiden, Chili entkernen, in feine Ringe schneiden, beides mit dem Mascarpone verrühren, salzen. Masse auf die Mitte der Teigstücke verteilen, Medaillons daraufsetzen. Teigecken nach innen klappen, etwas andrücken. Ei verklopfen, Teigländer damit bestreichen.
wenig Micro Greens wenig Olivenöl	Backen: ca. 20 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen, Filet-Chüsseli anrichten, Micro Greens darauf verteilen, Öl darüberträufeln.

Dazu passt: Blattsalat.

Stück: 350 kcal, F 23 g, Kh 18 g, E 18 g

Rezept
speichern



ANZEIGE

Der passende Wein



Salgesch AOC
Grand Cru Pinot Noir
Oskar Mathier-Oggier
Herkunft: Schweiz, Wallis
Charakter: helles Granatrot, süsse Fruchtaromatik in der Nase, Waldbeeraromen und etwas Schwarztee im Gaumen, leichte Tanninstruktur mit fruchtigem Abgang – ein idealer Sommerwein.
Bezugsquellen: in grösseren Coop Supermärkten und auf [coop.ch](https://www.coop.ch)



Party-Filet mit Zitronenrahm

🕒 15 Min. + 15 Min. braten im Ofen  glutenfrei

Für eine ofenfeste Form von ca. 2 Litern, gefettet

1 Schweinsfilet (ca. 500 g) ½ TL Salz wenig Pfeffer 12 Tranchen Bratspeck 1 Bio-Zitrone	Ofen auf 220 Grad vorheizen. Fleisch in 12 gleich dicke Medaillons schneiden. Medaillons würzen, mit je einer Tranche Speck umwickeln, nebeneinander in die vorbereitete Form legen. Von der Zitrone die Hälfte der Schale darüberreiben.
Braten im Ofen: ca. 15 Min. in der unteren Hälfte des Ofens.	
2 dl Vollrahm ¼ TL Salz wenig Pfeffer 4 Zweiglein Thymian	Rahm steif schlagen, von der Zitrone die restliche Schale dazureiben, 2 EL Zitronensaft dazupressen, mischen, würzen. Fleisch aus dem Ofen nehmen, Schlagrahm darauf verteilen, anrichten, Thymianblättchen abzupfen, darüberstreuen.

Dazu passen: Nudeln oder Reis.

Portion (¼): 397 kcal, F 28 g, Kh 3 g, E 35 g

Rezept
speichern



Oh wie Ostern

Oh, wie süß! Mit diesen schönen
Backrezepten und Desserts
wird Ostern ein Fest für alle Sinne.



Schokolade-Oster-Cupcakes

🕒 30 Min. + 20 Min. backen + 30 Min. kühl stellen 🌿 vegetarisch

Für ein Muffins-Blech mit 12 Vertiefungen von je ca. 7 cm Ø, mit Papier-Backförmchen ausgelegt

100 g Butter	Ofen auf 180 Grad vorheizen. Butter in Stücke schneiden, mit den Couverture-Drops in einer Pfanne schmelzen. Pfanne von der Platte nehmen.
100 g Couverture-Drops	
250 g Mehl	Mehl, Kakaopulver, Zucker, Salz, Backpulver und Natron in einer Schüssel mischen, in der Mitte eine Mulde eindrücken. Milch und Eier verrühren, mit der flüssigen Schokolade in die Mulde giessen, mit dem Schwingbesen verrühren. Teig ins vorbereitete Blech verteilen.
1 EL Kakaopulver	
100 g Zucker	
2 Prisen Salz	
1 TL Backpulver	
½ TL Natron	
2 dl Milch	
2 Eier	
Backen: ca. 20 Min. in der Mitte des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, Muffins aus dem Blech nehmen, auf einem Gitter auskühlen.	
200 g dunkle Schokolade	Schokolade fein hacken. Rahm und Vanillezucker aufkochen. Pfanne von der Platte nehmen, Schokolade begeben, schmelzen, glatt rühren, etwas abkühlen. Frischkäse mit den Schwingbesen des Handrührgeräts kurz darunterrühren, bis die Masse glatt ist, in einen Spritzsack mit gezackter Tülle (ca. 16 mm Ø) füllen, ca. 30 Min. kühl stellen.
2 dl Vollrahm	
1 Päckli Vanillezucker	
200 g Doppelrahm-Frischkäse (z. B. Philadelphia)	
12 Zweiglein Rosmarin einige essbare Blüten	Schokolademasse auf die Cupcakes spritzen. Rosmarinnadeln abzupfen, mit den Blüten verzieren.

Stück: 455 kcal, F 29 g, Kh 40 g, E 8 g

Rezept speichern





Holunderblüten-Rhabarber-Tiramisu

🕒 30 Min. + 2 Std. kühl stellen 🌿 vegetarisch

Für eine Form von ca. 2½ Litern

600 g Rhabarber 2 EL Holunderblüten-Sirup 1 EL Wasser	Rhabarber eutl. schälen, schräg in ca. 2 cm grosse Stücke schneiden, mit dem Sirup und Wasser zugedeckt in einer Pfanne ca. 5 Min. knapp weich köcheln, auskühlen.
1 Bio-Zitrone 4 EL Holunderblüten-Sirup 4 EL Wasser 240 g Löffelbiskuit	Von der Zitrone die Schale in einen Messbecher reiben, ganzen Saft dazupressen. Sirup und Wasser beigeben, verrühren. Die Hälfte der Löffelbiskuits mit der gezuckerten Seite nach unten in die Form legen. ⅓ des Holunderblüten-Sirups darüberträufeln, Rhabarberkompott darauf verteilen.
2 EL Zucker 2 frische Eigelbe 500 g Mascarpone 2 dl Vollrahm 2 frische Eiweisse 1 Prise Salz 2 EL Zucker	Zucker und Eigelbe in einer Schüssel mit den Schwingbesen des Handrührgeräts rühren, bis die Masse heller ist. Mascarpone darunter rühren. Rahm knapp steif schlagen, unter die Masse mischen. Eiweisse mit dem Salz steif schlagen. Zucker beigeben, kurz weiterschlagen, bis der Eischnee glänzt, mit dem Gummischaber sorgfältig unter die Masse ziehen. ⅓ davon auf dem Kompott verteilen, restliche Löffelbiskuits darauflegen. Restlichen Saft, dann restliche Masse auf den Löffelbiskuits verteilen, zugedeckt ca. 2 Std. kühl stellen.
Kakaopulver zum Bestäuben 20 Schokoladeeili (120 g)	Kurz vor dem Servieren mit wenig Kakaopulver bestäuben. Schokoladeeili grob hacken, darauf verteilen.

Portion (%): 827kcal, F 54 g, Kh 70 g, E 13 g

Rezept speichern

Schokolade-Häsli

🕒 50 Min. + 2¼ Std. kühl stellen + 10 Min. backen 🌱 vegetarisch

Für den Guetzli-Ausstecher Häsli – Set Ergibt ca. 10 Stück

125 g Butter, weich
100 g Zucker
1 Prise Salz
1 frisches Ei
220 g Mehl
3 EL Kakaopulver

Butter in eine Schüssel geben, Zucker und Salz mit den Schwingbesen des Handrührgeräts darunterrühren. Ei begeben, weiterrühren, bis die Masse heller ist. Mehl und Kakaopulver mischen, begeben, zu einem Teig zusammenfügen, etwas flach drücken, zugedeckt ca. 2 Std. kühl stellen.

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Teig portionenweise zwischen zwei Backpapieren ca. 4 mm dick auswallen. Teig etwas mit Mehl bestäuben. Häsli ausstechen, dabei den Ausstecher immer wieder ins Mehl tauchen. Guetzli sorgfältig auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen.

10 farbige Zuckereili

Zuckereili auf den Bauch der Häsli legen, Arme sorgfältig darüberklappen, etwas andrücken. Guetzli ca. 30 Min. kühl stellen.

Puderzucker zum Bestäuben

Backen: ca. 10 Min. in der Mitte des Ofens. Herausnehmen, Guetzli auf einem Gitter auskühlen. Bei den Hasen nach Belieben die Ohren und den Bauch mit wenig Puderzucker bestäuben.

Haltbarkeit: in einer Dose gut verschlossen ca. 2 Wochen.

Stück: 223 kcal, F 12 g, Kh 26 g, E 4 g

Rezept
speichern



Die Guetzli-Ausstecher Häsli
sind erhältlich auf bettibossi.ch

Miele

**Eine Liebe, die ein
Leben lang hält.**

Einmal Miele, immer Miele.



miele.ch/kitchen

Zopf-Tierli

🕒 25 Min. + 1¼ Std. aufgehen lassen + 20 Min. backen 🌱 vegetarisch

Für die Ausstecher Zopftiere – 4er-Set Ergibt 12 Stück

500 g Zopfmehl
1½ TL Salz
1 TL Zucker
 ½ **Würfel Hefe** (ca. 20 g)
60 g Butter
3 dl Milch (300 g)

Mehl, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen. Hefe zerbröckeln, daruntermischen. Butter in Stücke schneiden, mit der Milch begeben, mischen, zu einem weichen, glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1¼ Std. aufs Doppelte aufgehen lassen.

1 Ei

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Teig auf wenig Mehl ca. 1½ cm dick auswallen, mit wenig Mehl bestäuben. Den Ausstecher in den Teig drücken, anschliessend den Prägeeinsatz durch den Ausstecher fest in den Teig drücken. Ausstecher und Prägeeinsatz sorgfältig entfernen. Zopf-Tierli auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Ei verklopfen, Zopf-Tierli damit bestreichen.

Backen: ca. 20 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen, Zopf-Tierli auf einem Gitter auskühlen.

Stück: 207 kcal, F 6 g, Kh 30 g, E 7 g



Rezept
speichern



Jetzt Video
anschauen!

Das Ausstecher-Set
für Hasen und
andere Tiere ist erhältlich
auf bettybossi.ch



ANZEIGE

Mach Dampf

In einem Miele Backofen mit der Funktion Klimagaren werden deine Zopf-Tierli richtig schön luftig und locker. Das Erhöhen der Luftfeuchtigkeit im Garraum des Backofens sorgt für ein perfektes Ergebnis wie frisch aus der Bäckerei.

Schieb das Blech in die untere Hälfte des kalten Ofens und back die Tierli ca. 20 Min. bei 200 Grad mit Klimagaren und einem Dampfstoß nach 3 Minuten.

präsentiert von

Miele



Mandel-Tarte

🕒 40 Min. + 18 Min. backen + 2 Std. kühl stellen

<div><div>1</div><div>ausgewallter Blätterteig</div><div>(ca. 32 cm Ø)</div></div> <div><div>1 EL</div><div>grobkörniger Rohrzucker</div></div> <div><div>1</div><div>frisches Eigelb</div></div> <div><div>1 EL</div><div>Wasser</div></div>	<p>Ofen auf 220 Grad vorheizen. Teig entrollen, rundum einen ca. 1 cm breiten Rand abschneiden, beiseite legen. Restlichen Teig etwas grösser und oval (eiförmig) auswallen, mit dem Backpapier auf ein Blech ziehen. Den Teigrand schön formen, dabei den Teig leicht einschlagen. Teigboden mit einer Gabel dicht einstechen. Zucker darüberstreuen. Beiseite gelegte Blätterteigstreifen als Schlaufe formen, an einen Teigrand legen, etwas andrücken. Eigelb mit dem Wasser verklopfen, Teigrand und Schlaufe damit bestreichen.</p>
<div><div>2</div><div>Blätter Gelatine</div></div> <div><div>250 g</div><div>Magerquark</div></div> <div><div>2 EL</div><div>weisses Mandelmus</div></div> <div><div>1 EL</div><div>Akazienhonig</div></div> <div><div>1</div><div>Bio-Zitrone</div></div> <div><div>1</div><div>frisches Eiweiss</div></div> <div><div>1 Prise</div><div>Salz</div></div> <div><div>2 dl</div><div>Vollrahm</div></div>	<p>Blindbacken: ca. 18 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen, Teigboden auf ein Gitter schieben, auskühlen.</p> <p>Gelatine ca. 5 Min. in kaltem Wasser einlegen. Quark, Mandelmus und Honig in eine Schüssel geben. Von der Zitrone wenig Schale dazureiben, verrühren. Von der Zitrone 2 EL Saft auspressen, in einer kleinen Pfanne aufkochen. Pfanne von der Platte nehmen, Gelatine abtropfen, im heissen Zitronensaft auflösen, sofort durch ein Sieb unter die Quarkmasse rühren. Eiweiss mit dem Salz steif schlagen. Rahm steif schlagen, mit dem Eischnee sorgfältig unter die Quarkmasse ziehen. Quarkmasse auf dem Blätterteigboden verteilen, zugedeckt im Kühlschrank ca. 2 Std. fest werden lassen.</p>
<div><div>2 EL</div><div>Mandelblättchen</div></div> <div><div>250 g</div><div>Erdbeeren</div></div>	<p>Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett rösten. Erdbeeren halbieren, mit den Mandeln auf der Tarte verteilen.</p>

Tipp: Schmeckt frisch am besten.

Stück (1/2): 308 kcal, F 22 g, Kh 19 g, E 8 g

Rezept
speichern



Joghurtcreme mit Apfelmus

🕒 25 Min. 🌱 vegetarisch 🚫 glutenfrei

Für 6 Gläser von je ca. 2½ dl

800 g säuerliche Äpfel
2 EL Wasser
1 EL Zitronensaft
1 EL Zucker
1 Msp. Kurkumapulver

Äpfel entkernen, in Stücke schneiden, in eine Pfanne geben. Wasser, Zitronensaft, Zucker und Kurkuma daruntermischen, zugedeckt ca. 10 Min. weich kochen. Alles pürieren, auskühlen.

450 g griechisches Joghurt nature
2 EL Zucker
2½ dl Rahm

Joghurt und Zucker in einer Schüssel verrühren. Rahm steif schlagen, sorgfältig daruntermischen. Creme und Apfelmus abwechselungsweise in die Gläser füllen.

Tipp: Kleine Schokoladehasen zum Verzieren in die Creme setzen.

Lässt sich vorbereiten: Apfelmus und Creme ca. 1 Tag im Voraus zubereiten, separat zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Portion (%): 330 kcal, F 21 g, Kh 28 g, E 6 g

Rezept
speichern



ANZEIGE



McCormick Kurkuma

Kurkumapulver hat ein sehr typisches, leicht bitteres und eher dezentes Aroma. Die färbende Wirkung verleiht Ihren Speisen zudem eine sonnengelbe Farbe.

Neu ist Kurkuma Teil der hochwertigen «Intense»-Produktlinie von McCormick. Diese exquisiten Gewürze begeistern mit intensiver Aromatik und veredeln Ihre Gerichte und Backwaren.

Erhältlich in den grösseren Coop Supermärkten und auf [coop.ch](https://www.coop.ch)



Gewinne ein Wochenende in St. Moritz

Auf den Spuren der Engadiner
Nusstorte mit  CITROËN



*Der Schlüssel zur
perfekten Nusstorte!*

Hier gehts zum Geheimnis
der echten Engadiner Nusstorte
und zum Wettbewerb.

**Jetzt das Geheimnis der Engadiner Nusstorte entdecken
und am Wettbewerb teilnehmen!** Gewinne dein perfektes
Wochenende in St. Moritz im Wert von CHF 2'000.- mit dem
neuen Citroën ë-C3: bettybossi.ch/citroen



NEWS



REVOLUTIONÄR Der Betty Bossi Sauerteig!

Jetzt gibt es keine Ausreden mehr, auf den Duft und das Aroma von selbst gebackenem Sauerteigbrot zu verzichten! Das **brandneue Betty Bossi Sauerteig-Kit** macht's möglich.

Der bereits fermentierte **Starter** basiert auf einer milden Sauerteigkultur und ist **sofort einsatzbereit!** Kein aufwendiges Ansetzen, keine langen Wartezeiten – einfach loslegen und kinderleicht zum kulinarisch überzeugenden Brot. Du findest dieses innovative Produkt im Kühlregal in der Brotabteilung bei Coop und [coop.ch](https://www.coop.ch)

Online findest du **Rezepte und Tipps** für ein perfektes Brot. Hol dir die Inspiration und backe wie ein Profi!

[BETTYBOSSI.CH/SAUERTEIGKIT](https://www.bettybossi.ch/sauerteigkit)



BETTY BOSSI IM KINO!

Grosser Kino-Moment für alle Betty Bossi Fans: Im November 2025 kommt «Hallo Betty» in die Schweizer Kinos!

Der Film entführt dich ins Jahr 1956 und erzählt die bewegende Geschichte der kreativen Werbetexterin Emmi Creola-Maag. Gegen alle Widerstände – und gegen die Zweifel ihrer Agentur – erschafft sie die Kunstfigur Betty Bossi. Und siehe da: Die «Köchin der Nation» schlägt ein wie eine Bombe! Und Emmi selbst rückt unerwartet ins Rampenlicht. Doch der Weg zum Erfolg ist steinig: Die Missgunst der Kollegen und der Spagat zwischen Karriere und Familie machen Emmis Alltag zu einem echten Drahtseilakt.

Mit viel Herz und feinem Humor zeichnet «Hallo Betty» ein lebendiges Bild dieser spannenden Zeit – und greift zugleich hochaktuelle Themen auf: Gleichstellung, Selbstverwirklichung und die Kunst, das Leben mit kleinen Tricks einfacher zu machen.



Sarah Spale als Emmi Creola-Maag. Bild: C-FILMS

Hinter «Hallo Betty» steht die renommierte Schweizer Produktionsfirma C-FILMS, und in der Hauptrolle glänzt keine Geringere als Sarah Spale (bekannt aus *Platzspitzbaby* und *Wilder*). Ein Film also, der definitiv auf deine Watchlist gehört.



Nicht verpassen: Abonniere unseren Newsletter und bleibe auf dem Laufenden über News zum Film, besondere Aktionen bei Betty Bossi, Rezepte und Neuheiten!

[BETTYBOSSI.CH/HALLOBETTY](https://www.bettybossi.ch/hallobetty)

GEWINNSPIEL

Wie findest du diese Ausgabe?

Jetzt bei der Umfrage mitmachen und mit etwas Glück CHF 20 gewinnen. [bettybossi.ch/umfrage](https://www.bettybossi.ch/umfrage)



VORSCHAU

Freu dich auf **Wok-Gerichte**, cremige Desserts und **erfrischende Eistees!**

Ab 5. Mai in deinen Händen!

IMPRESSUM: Herausgeberin Betty Bossi, Division der Coop Genossenschaft, Baslerstrasse 52, Postfach, 8021 Zürich | Copyright © Coop Genossenschaft | **Team** Leiterin Redaktion und Gestaltung: Erica Angelone | Leiterin Rezeptredaktion: Sibylle Weber-Sager | Gestaltungskonzept: Solid Identities GmbH | Fotos: Carole Arbenz, Styling: Claudia Schilling | **Werbung/Kooperationen** Anina Boss, media@bettybossi.ch, Infos unter: bettybossi.ch/mediadaten | **Kunden-Service** +41 (0) 44 209 19 29 (Mo–Fr, 8–18 Uhr / Sa, 8–16 Uhr) | **Jahresabonnement (10 Ausgaben)** Schweiz: CHF 39.90 / Ausland: ab CHF 52.90 | **Hinweise** Wo nicht anders vermerkt, sind die Rezepte für 4 Personen berechnet. Backen mit Heissluft: Temperatur um 20 Grad reduzieren, Backzeit bleibt gleich.

Alle aktuellen Rezepte auch in der App Lade die Betty Bossi Rezept-App auf dein Smartphone, logge dich mit deinem Betty Bossi Login ein oder registriere dich, und schon hast du alle Rezepte sofort auch digital zur Verfügung und immer dabei!



gedruckt in der
schweiz

Schnell und einfach zum Hochgenuss

Diese und weitere Kochbücher gibts online auf bettybossi.ch/buecher



Berliner aus dem Ofen

Knusprige Brötchen

Knusprige Brötchen einfach gemacht: von hell bis dunkel, mit Kernen und Nüssen, auch schnelle Varianten.

Art.-Nr. 27176.745

CHF 22.95

Perfekt
für den
Osterbrunch

Luftige Brioche



Knoblauch-Knöpfe



Stracciatella-Milchschnitte

Desserts für grosse Runden

Für 12-16 Personen: Cremen, Mousse, Panna cotta, Tiramisu, getränkte Kuchen und Brownie! Gut zum Vorbereiten.

Art.-Nr. 27212.745

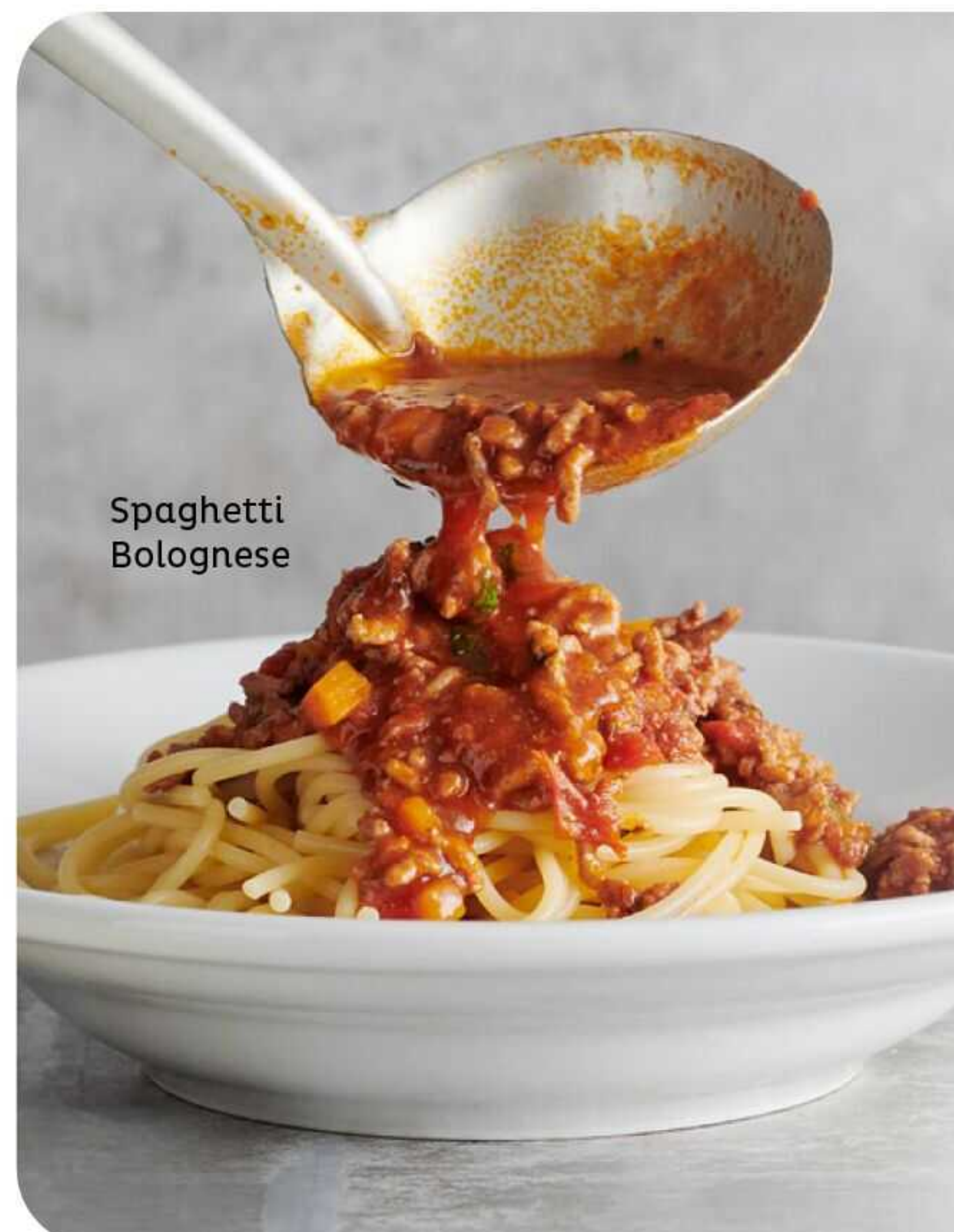
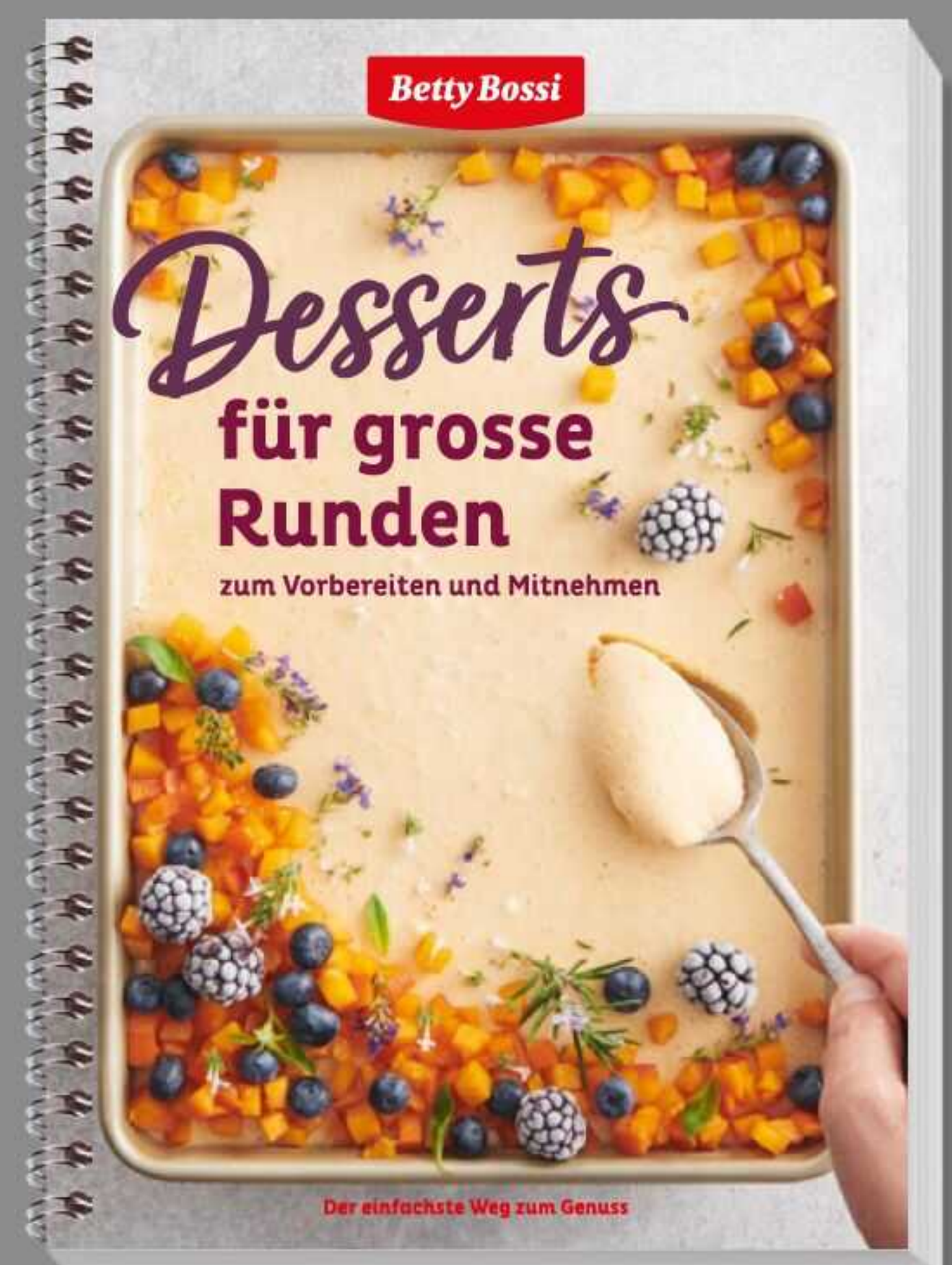
CHF 22.95

Der Star auf
jedem Grillfest

Giraffen-Zupfkuchen



Süsmostcreme mit Prussiens



Spaghetti
Bolognese

Das grosse Betty Bossi Kochbuch

Ein Muss für jede Küche: ideal als Einstieg ins Kochen, unverzichtbar als Nachschlagewerk und Inspirationsquelle!

Art.-Nr. 27230.745

CHF 49.95

Immer ein
gutes Geschenk

Filet im Teig



Capuns



Wichtige Bestellhinweise: Betty Bossi Angebote werden nur in der Schweiz, im Fürstentum Liechtenstein und in Deutschland ausgeliefert. Preisänderungen, Irrtum und Druckfehler vorbehalten. Alle Preise verstehen sich inklusive Mehrwertsteuer. Der Handel mit Betty Bossi Artikeln ist untersagt. Es gelten ausschliesslich unsere auf bettybossi.ch veröffentlichten Allgemeinen Geschäftsbedingungen. Angebot nur für Abonnenten. Preise für Nicht-Abonnenten unter bettybossi.ch. Versandkostenanteil: Schweiz und Fürstentum Liechtenstein CHF 7.95, übrige Länder CHF 36.00.

Mit verschiedenen
Zahlungsmöglichkeiten

