

Betty Bossi

Der einfachste Weg zum Genuss

Griechisch gut!

Rezepte fürs
Ferienfeeling!
– ab Seite 20



Beerissimo

Ein Hoch auf die süßen Sommerstars – ab Seite 26

-5 kg in 5 Wochen Protein-Challenge

Wir starten am 02.06.2025

Mach mit bei unserer Challenge.
Wusstest du, dass Proteine dich auf dem Weg
zu deinem Wohlfühlgewicht unterstützen?

Nur für kurze Zeit **33 % Rabatt** auf das
3-Monats-Abo der «Gesund Abnehmen» App!

Profitiere
jetzt von

33 % Rabatt

auf das
3-Monats-Abo

Über **1'200 gesunde Rezepte**

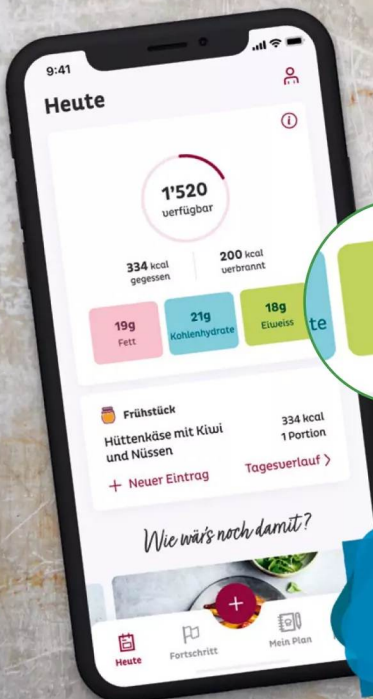
Essgewohnheiten **tracken**

Wöchentliche Tipps von Expertinnen

Mit dem **Barcode-Scanner**
Lebensmittel erfassen

Fitness-Videos und **Schrittzähler**

High-Protein-Pizza
44 g Protein
pro Portion



**BEST
OF
SWISS
APPS
2024**

*Proteine
immer im
Blick!*



«Mein Mann nutzt die App
auch und weiss jetzt,
(...) wo Proteine drin sind.»

Andrea

Kostenlos testen*



Laden im
App Store

JETZT BEI
Google Play

* nur für
Neukund:innen

INHALT

Miele

 Betty Bossi entwickelt alle Rezepte
mit Miele Geräten.

Miele. Immer Besser.

26

BEERISSIMO

Ein Hoch auf die süßen Sommerstars


GRÜNE WELLE
Freie Fahrt für Erbsli

4

20

GRIECHISCH GUT!

 Ferienfeeling
auf dem Teller


Mach es wie die Griechen

Die Griechen haben uns viel hinterlassen – Philosophie, Mathematik, die Demokratie. Doch eines ihrer grössten Geschenke ist ihre Küche. «Deine Nahrung soll deine Medizin sein und deine Medizin soll deine Nahrung sein», soll Hippokrates gesagt haben. Die mediterrane Küche gilt als eine der gesündesten der Welt.

Das Geheimnis: die Balance. Von allem etwas, genussvoll, aber massvoll. Viel Gemüse und Hülsenfrüchte, Olivenöl statt schwerer Saucen, öfter Fisch statt Fleisch. Und vor allem: Genuss ohne Eile. Die Griechen nehmen sich Zeit für ihre Mahlzeiten, und sie geniessen in Gesellschaft. Vielleicht ist genau das die beste Zutat für ein langes, gesundes Leben.

Entdecke unser Griechenland-Special ab Seite 20 und viele weitere köstliche Rezepte, die einfach, frisch und voller Sommer sind.



Erica

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!


Grüne Welle

Freie Fahrt für Erbsli!
Die grünen Perlen
bringen Farbe und Genuss
auf deinen Teller.

Erbsli-Crostini

🕒 15 Min. + 3 Min. backen 🌱 vegetarisch

Ergibt ca. 16 Stück

1 Baguette (ca. 220 g)
1 EL Olivenöl

Ofen auf 240 Grad vorheizen. Brot in ca. 1 cm dicke Scheiben schneiden, auf ein Backblech legen, mit Öl beträufeln.

Backen: ca. 3 Min. auf der obersten Rille des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen.

250 g Ricotta
1 Bio-Zitrone
1 EL Olivenöl
¼ TL Salz
wenig Pfeffer

Ricotta in eine Schüssel geben. Von der Zitrone wenig Schale dazureiben, 1 EL Saft dazupressen. Öl begeben, würzen, mit den Schwingbesen des Handrührgeräts verrühren, bis die Masse cremig ist.

1 Zwiebel
1 EL Olivenöl
200 g tiefgekühlte Erbsli,
angetaut
½ dl Wasser
¼ TL Salz
wenig Pfeffer
½ Bund Pfefferminze

Zwiebel schälen, fein hacken. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel ca. 2 Min. andämpfen. Erbsli und Wasser begeben, ca. 5 Min. dämpfen, würzen. Die Hälfte der Erbsli mit einer Gabel zerdrücken. Pfefferminze grob schneiden, darunter mischen. Brotscheiben mit der Ricottamasse bestreichen, Erbslimasse darauf verteilen.

Rezept
speichern



Stück: 99 kcal, F 4 g, Kh 11 g, E 4 g

ENERGIE SPAREN

Statt im Backofen kannst du die Crostini im Toaster rösten und anschliessend mit Öl beträufeln, das braucht weniger Energie.

Miele

Eine Liebe, die ein Leben lang hält.

Einmal Miele, immer Miele.



miele.ch/kitchen



Jetzt Video
anschauen!

Erbsli-Tarte

🕒 30 Min. + 30 Min. kühl stellen + 25 Min. backen 🌱 vegetarisch

Für ein Wähenblech von ca. 30 cm Ø

200 g Mehl
½ TL Salz
wenig Pfeffer
60 g Butter, kalt
1 dl Wasser

Mehl, Salz und Pfeffer in einer Schüssel mischen. Butter in Stücke schneiden, begeben, von Hand zu einer gleichmässig krümeligen Masse verreiben. Wasser dazugießen, rasch zu einem weichen Teig zusammenfügen, nicht kneten. Teig flach drücken, zugedeckt ca. 30 Min. kühl stellen.

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Teig auf wenig Mehl rund auswallen (ca. 32 cm Ø), ins Blech legen. Boden mit einer Gabel sehr dicht einstechen.

Blindbacken: ca. 25 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, Tarteboden aus dem Blech nehmen, auf einem Gitter auskühlen.

1 kg frische Erbsli
Salzwasser, siedend
200 g Doppelrahm-Frischkäse
(z. B. Filona)
1 Limette
½ TL Salz
wenig Pfeffer
10 g Portulak
wenig Micro Greens

Erbsli schälen (ergibt ca. 300 g), im siedenden Salzwasser ca. 2 Min. blanchieren, kurz ins eiskalte Wasser legen, gut abtropfen. Die Hälfte davon mit dem Frischkäse pürieren. Von der Limette den ganzen Saft dazupressen, würzen. Erbslimasse auf dem Tarteboden verteilen. Tarte mit den restlichen Erbsli, dem Portulak und den Micro Greens garnieren.

ANZEIGE

Mach Dampf

Mit der Funktion «Heissluft Plus» wird der Tarteboden besonders knusprig. Die Temperatur beträgt dann nur 180 Grad, und die Backzeit verkürzt sich auf 20 Min. Auch die Erbsli kannst du ganz easy im Dampfgarer blanchieren. Erbsli in eine gelochte Schale geben und bei 100 Grad Dampf 2 Min. blanchieren.

präsentiert von

Miele

Rezept
speichern



Portion (¼): 664 kcal, F 31g, Kh 71g, E 24g

Flank Steaks mit Erbsligemüse

🕒 30 Min. + 8 Min. grillieren 🌱 glutenfrei

300 g Aprikosen 1 Schalotte ½ dl Wasser 1 EL flüssiger Honig 2 EL Aceto balsamico bianco ¼ TL Salz	Aprikosen in Stücke schneiden, in eine Pfanne geben. Schalotte schälen, fein hacken, begeben. Wasser, Honig und Aceto daruntersmischen, salzen, unter Rühren aufkochen. Zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 10 Min. weich kochen. Chutney auskühlen.
2 Schalotten 1 EL Olivenöl 500 g tiefgekühlte Erbsli, angetaut ¾ TL Salz wenig Pfeffer ¾ dl Wasser 40 g Butter	Schalotten schälen, fein hacken. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Schalotten ca. 2 Min. andämpfen. Erbsli ca. 2 Min. mitdämpfen, würzen. Wasser und Butter begeben, ca. 2 Min. kochen. 2 EL Aprikosen-Chutney daruntersmischen, Pfanne von der Platte nehmen.
2 Flank Steaks (je ca. 380 g) 1 TL Salz wenig Pfeffer	Holzkohle-/Gas-/Elektrogrill: Steaks würzen, mit geschlossenem Deckel über starker Glut / auf höchster Stufe (ca. 240 Grad) beidseitig je ca. 4 Min. grillieren. Steaks auf eine Platte legen, mit Alufolie zudecken und ca. 4 Min. ruhen lassen. Steaks in feine Tranchen schneiden, mit dem Erbsligemüse anrichten. Restliches Aprikosen-Chutney dazu servieren.

Portion (%): 491kcal, F 28g, Kh 30g, E 32g

Rezept
speichern



ANZEIGE

Der passende Wein



Tavel AOC Rosé
Château d'Aquéria, 75 cl

Herkunft: Frankreich, Côtes du Rhône

Rebsorten: Cinsault, Clairette, Grenache

Charakter: leuchtendes Grenadinerot mit Violett, intensiver, ansprechender Duft nach Erdbeeren und Bananen, im Gaumen breit und kräftig mit einer leichten Süsse zu Beginn, sehr fruchtbetont, wirkt ausgewogen und typisch, zeigt eine vielfältige, charaktervolle Aromatik.

Bezugsquellen: in größeren Coop Supermärkten und auf [coop.ch](https://www.coop.ch)



Patrick,
Rezeptredaktor

Erbsli – frisch oder tiefgekühlt?

Gefrorene Erbsli sind praktisch, schnell zubereitet, und generell ist **tiefgekühltes Gemüse oft eine ebenso gute Wahl** wie frisches. Es wird reif geerntet und sofort eingefroren, während frisches Gemüse oft lange Transportwege hinter sich hat und dabei wertvolle Vitamine verliert.

Jetzt, wo sie Saison haben, kann es sich lohnen, frische Erbsli zu probieren. Sie haben

eine besonders knackige Konsistenz. Das Schälen ist aufwendig, wirkt aber auch entschleunigend und kann durchaus Spass machen. Und es erinnert daran, wie es früher war, als nicht alles fixfertig aus dem Tiefkühler kam. Falls du Lust auf frische Erbsli bekommen hast, beachte diese Faustregel:

Für 300 g ausgelöste Erbsli brauchst du rund 1 kg Erbsli in der Schale.

GUT ZU WISSEN

Das Flank Steak stammt aus der Bauchdecke des Rinds. Am besten bestellst du es am Vortag beim Metzger.





Pasta mit Erbsli-Pesto

🕒 25 Min. 🌱 vegetarisch 🚫 laktosefrei

1 Knoblauchzehe
 150 g tiefgekühlte Erbsli
 Salzwasser, *siedend*
 100 g Jungspinat
 1 dl nicht kaltgepresstes Rapsöl
 1 dl kaltes Wasser
 40 g geschälte Haselnüsse
 (Nocciola Piemonte IGP, Fine Food)
 50 g geriebener Sbrinz
 ¾ TL Salz
 wenig Pfeffer

Knoblauch schälen, halbieren, mit den Erbsli im siedenden Salzwasser ca. 2 Min. blanchieren, mit der Schaumkelle herausnehmen, kurz in eiskaltes Wasser legen, gut abtropfen. Erbsli mit dem Spinat, Öl, Wasser und Nüssen in einem Mixglas pürieren. Käse daruntermischen, würzen.

400 g Teigwaren (z. B. Pici)
 25 g geschälte Haselnüsse
 (Nocciola Piemonte IGP, Fine Food)

Teigwaren in demselben Salzwasser al dente kochen, abtropfen, zurück in die Pfanne geben. Pesto daruntermischen, anrichten, Nüsse grob hacken, darüberstreuen.

Portion (¼): 746 kcal, F 39 g, Kh 77 g, E 21 g

Rezept
speichern



Erbsli-Gazpacho

🕒 25 Min. 🌱 vegetarisch 🚫 glutenfrei

Ergibt ca. 1,3 Liter

1 Gurke
400 g tiefgekühlte Erbsli, angetaut
1 Knoblauchzehe
1 grüner Peperoncino
5 dl Wasser
3 EL Aceto balsamico bianco
2 EL Olivenöl
1¼ TL Salz
wenig Pfeffer

Gurke in Stücke schneiden, mit den Erbsli ins Mixglas geben. Knoblauch schälen, Peperoncino entkernen, beides mit dem Wasser, Aceto, Öl, Salz und Pfeffer begeben, pürieren.

40 g Sonnenblumenkerne
200 g Burrata Piccola
(4 Stück, je ca. 50 g)
1 Bund Koriander

Kerne in einer Bratpfanne ohne Fett rösten. Gazpacho gut aufrühren, anrichten. Burrata mit den Kernen darauf verteilen. Koriander grob schneiden, darüberstreuen.

Portion (¼): 333 kcal, F 23 g, Kh 20 g, E 14 g

Rezept
speichern



SCHNELL & SAISONAL

DAS HAT SAISON

Gemüse

Auberginen

Blumenkohl

Bohnen

Broccoli

Bundzwiebeln

Chinakohl

Erbsli

Fenchel

Gurken

Kefen

Krautstiel

Lauch

Mangold

Patissons

Peperoni

Romanesco

Rüebli

Spinat

Stangensellerie

Zucchini

Früchte

Aprikosen

Brombeeren

Erdbeeren

Heidelbeeren

Himbeeren

Johannisbeeren

Kirschen

Melonen

Stachelbeeren


35
MINUTEN


Peperoni-Hackfleisch-Penne

⌚ 35 Min. 🚫 laktosefrei

400 g Teigwaren (z. B. Penne) Teigwaren im siedenden Salzwasser al dente kochen, ca. 5 dl Kochwasser beiseite stellen, Teigwaren abtropfen.

Öl zum Braten Wenig Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen.
400 g Hackfleisch Fleisch in zwei Portionen je ca. 2 Min. anbraten.
(Rind und Schwein) Herausnehmen, würzen. Hitze reduzieren, Bratfett
 ½ TL Salz auftupfen, evtl. wenig Öl begeben.

wenig Pfeffer

600 g rote Peperoni Peperoni vierteln, entkernen, längs in Streifen
 1 Zwiebel schneiden. Zwiebel schälen, fein hacken. Peperoni
 ½ TL Salz und Zwiebel ca. 5 Min. rührbraten, würzen. Toma-
 wenig Pfeffer tenpüree kurz mitbraten. Aceto und beiseite gestell-
 2 EL Tomatenpüree tes Kochwasser begeben, aufkochen. Hitze redu-
 3 EL Aceto balsamico zieren, Fleisch wieder begeben, zugedeckt ca. 15 Min.
 köcheln. Penne daruntersmischen, heiss werden
 lassen, anrichten.

Portion (¼): 644 kcal, F 19 g, Kh 83 g, E 34 g

 Rezept
speichern


BONUS-REZEPT

Diese Overday Oats mit Aprikosen sind ein fruchtiger Lunch oder Nacht – perfekt zum Vorbereiten am Morgen! Das Rezept findest du in unserer Rezept-App.

**30**

MINUTEN

PFANNE STATT GRILL

Du kannst die Pouletbrüstli auch in einer Brat- oder Grillpfanne zubereiten. Die Bratzeit bleibt gleich.

Pouletbrüstli mit Tomatensalat

🕒 20 Min. + 10 Min. grillieren 🍴 schlank 🚫 laktosefrei 🚫 glutenfrei

500 g Datteltomaten

1 EL Olivenöl

¼ TL Salz

Tomaten halbieren. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Tomaten unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze ca. 15 Min. dämpfen, salzen.

1 kg Tomaten

4 Aprikosen

2 EL Aceto balsamico bianco

3 EL Olivenöl

½ EL Sriracha-Sauce (Hot Chili Sauce)

oder Sambal Oelek

½ EL flüssiger Honig

¾ TL Salz

Tomaten in Schnitze und Scheiben, Aprikosen in Schnitze schneiden, auf einer Platte anrichten. Aceto, Öl, Sriracha-Sauce und Honig in einem Schälchen verrühren, Sauce salzen, über die Tomaten träufeln.

4 Pouletbrüstli (je ca. 150 g)

¾ TL Salz

wenig Pfeffer

1 Bund Basilikum

Holzkohle-/Gas-/Elektrogrill: Pouletbrüstli würzen, mit geschlossenem Deckel über mittelstarker Glut oder auf mittlerer Stufe (ca. 200 Grad) beidseitig je ca. 5 Min. grillieren. Pouletbrüstli auf dem Tomatensalat anrichten. Basilikumblätter abzupfen, mit den Datteltomaten darauf verteilen.

Portion (¼): 387 kcal, F 16 g, Kh 22 g, E 39 g

Rezept
speichern



SO LEICHT!

Einfaches Kalorienzählen mit individuellen Rezepten und Aktivitäts-Tracking.

APP «GESUND
ABNEHMEN»
GRATIS TESTEN!




30
MINUTEN


Broccoli-Risotto

🕒 30 Min. 🌱 vegetarisch 🚫 glutenfrei

600 g Broccoli
1 Zwiebel
2 EL Olivenöl
½ TL Salz
wenig Pfeffer

Broccoli mit dem Strunk in kleine Röschen schneiden. Zwiebel schälen, in Schnitze schneiden. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel und Broccoli begeben, würzen, ca. 5 Min. dämpfen. Gemüse herausnehmen, beiseite stellen.

½ EL Olivenöl
300 g Risottoreis
(z.B. Carnaroli)
1,3 l Wasser, heiss
1½ TL Salz
40 g Butter
wenig Pfeffer

Öl in derselben Pfanne warm werden lassen. Reis begeben, unter Rühren dünsten, bis er glasig ist. Wasser unter häufigem Rühren nach und nach dazugießen, sodass der Reis immer knapp mit Flüssigkeit bedeckt ist, ca. 5 Min. köcheln. Broccoli wieder begeben, salzen, ca. 15 Min. fertig köcheln, bis der Reis cremig und al dente ist. Butter unter den Risotto mischen, würzen.

50 g Sbrinz
50 g gesalzene geschälte Pistazien

Mit dem Sparschäler Späne vom Käse schälen, die Hälfte davon unter den Risotto mischen. Pistazien grob hacken, mit dem restlichen Käse auf dem Risotto verteilen.

Portion (%): 587 kcal, F 29 g, Kh 63 g, E 17 g

Rezept
speichern



**35**

MINUTEN



Schweinsgeschnetzeltes mit Zucchini

🕒 35 Min. glutenfrei

6 dl Wasser
½ TL Salz
250 g Langkornreis (z. B. Parboiled)

Wasser in einer Pfanne aufkochen, salzen. Reis begeben, zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 20 Min. köcheln, bis der Reis alles Wasser aufgesogen hat und al dente ist. Pfanne von der Platte nehmen, zugedeckt warm halten.

Öl zum Braten
500 g geschnetzeltes Schweinefleisch
½ TL Salz
wenig Pfeffer

Wenig Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Fleisch portionenweise je ca. 1½ Min. anbraten. Herausnehmen, würzen.

400 g Zucchini
3 Bundzwiebeln mit dem Grün
½ TL Salz
wenig Pfeffer
2 dl Wasser
2 dl Saucen-Halbrahm
1 Bund Schnittlauch

Zucchini längs vierteln, in Stücke, Bundzwiebeln in feine Ringe schneiden. Wenig Öl in derselben Bratpfanne warm werden lassen. Zucchini und Zwiebeln ca. 2 Min. andämpfen, würzen. Wasser und Saucen-Halbrahm dazugießen, aufkochen. Hitze reduzieren, Fleisch mit dem entstandenen Fleischsaft wieder begeben, ca. 10 Min. köcheln. Schnittlauch fein schneiden, daruntertermischen, mit dem Reis anrichten.

Portion (¼): 608 kcal, F 26 g, Kh 59 g, E 35 g

Rezept
speichern





40

MINUTEN

GUT ZU WISSEN

Ob grün oder gelb – du kannst mit allen Zucchini dieselben Gerichte zubereiten.

Ofen-Tommes auf Zucchini

🕒 15 Min. + 25 Min. backen 🌱 vegetarisch 🥛 laktosefrei 🍷 glutenfrei

1 kg Zucchini
2 EL Olivenöl
1 TL Salz
wenig Pfeffer

50 g Mandelstifte
4 Tommes (je ca. 100 g)

100 g Rucola
1 EL Aceto balsamico
1 EL Olivenöl
Salz, Pfeffer, nach Bedarf

Ofen auf 240 Grad vorheizen. Zucchini in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden, auf einem mit Backpapier belegten Blech verteilen. Öl darüberträufeln, würzen, mischen.

Backen: ca. 15 Min. in der Mitte des Ofens. Herausnehmen, Zucchini mit einer Bratschaufel auf dem Blech mischen. Mandeln darüberstreuen, Tommes darauflegen.

Fertig backen: ca. 10 Min. Herausnehmen, Rucola mit dem Aceto und Öl mischen, würzen, auf den Zucchini verteilen.

Dazu passt: Couscous oder Reis.

Portion (¼): 494 kcal, F 39 g, Kh 9 g, E 27 g

Rezept
speichern





35

MINUTEN



Kartoffelsalat mit Cherry-Tomaten

🕒 35 Min. 🌱 vegan 🚫 laktosefrei

1 kg fest kochende Kartoffeln

Wasser, siedend

1 dl Gemüsebouillon, heiss

Kartoffeln offen im siedenden Wasser 20–25 Min. knapp weich kochen. Kartoffeln abgiessen, Gschwelli noch heiss schälen, in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden, in eine Schüssel geben. Bouillon über die Kartoffeln giessen.

1 EL Senf

4 EL Essig

5 EL Öl

1 Zwiebel

¾ TL Salz

wenig Pfeffer

Senf, Essig und Öl in einer Schüssel verrühren. Zwiebel schälen, fein hacken, begeben. Sauce würzen.

250 g Cherry-Tomaten

1 Bund Radiesli

1 Bund Dill

Tomaten halbieren, Radiesli in Scheiben schneiden, Dill fein zerpfeifen. Alles mit der Sauce auf den Kartoffeln verteilen, mischen.

Passt zu: grilliertem Fleisch, Wurst oder Käse.

Portion (¼): 370 kcal, F 18 g, Kh 45 g, E 6 g

Rezept
speichern



ANZEIGE



PEPPADEW®

Die wilden Paprika von PEPPADEW® sehen aus wie Mini-Peperoni oder Cherry-Tomaten. Sie schmecken fruchtig-süss und zugleich angenehm scharf. Ob im Salat, als Apéro-Häppchen, im Sandwich, auf dem Grillspießchen oder im Kartoffelsalat – PEPPADEW® verleiht jedem Gericht das gewisse Etwas.



Kartoffelsalat, wie er sein soll

Nils, Rezeptredaktor

Gibt es etwas Besseres als einen richtig guten Kartoffelsalat? Cremig, würzig und mit genau der richtigen Balance aus Säure und Tiefe – ein Klassiker, der immer passt. Doch der Teufel steckt im Detail: Welche Kartoffeln? Wie viel Dressing? Und vor allem – wie vermeidet man verbrannte Finger beim Schälen der heissen Gschwellti? Hier meine Tipps.

Kartoffeln noch heiss schälen

Die Basis für einen richtig guten Kartoffelsalat sind Gschwellti, die noch heiss geschält werden. Das ist etwas mühsam, aber es muss sein, weil die Kartoffeln so die Sauce besser aufnehmen.

Viel Sauce

Viel Sauce ist ein Muss! Ein guter Kartoffelsalat braucht Feuchtigkeit, und hier kommt die Bouillon ins Spiel. Sie sorgt für Würze, macht die Kartoffeln saftig.

Zeit zum Durchziehen

Sobald die Kartoffeln geschnitten sind, baden sie idealerweise mindestens 30 Minuten im Dressing. Die Kartoffeln brauchen Zeit, um sich richtig schön mit den Aromen vollzusaugen.

Vorbereitung

Du kannst den Kartoffelsalat gut einen halben Tag im Voraus zubereiten. Aber Achtung: Frische Zwiebeln und Kräuter erst kurz vor dem Servieren dazugeben! Sonst schmecken die Zwiebeln schnell bitter – und es wäre schade um deinen perfekten Kartoffelsalat.

Clever schälen und schneiden

Heiss, rutschig und einfach voll mühsam? Nicht mit unserem **Kartoffelsalat-Blitz!** Er schält und scheidelt heisse Kartoffeln in einem Schritt. In nur fünf Minuten kannst du damit zwei Kilo verarbeiten – ohne verbrannte Finger.



Drücken statt schneiden: Mit dem Kartoffelsalat-Blitz schält und scheidelst du Gschwellti in einem Schritt – ohne dir die Finger zu verbrennen.

Erhältlich auf [bettybossi.ch](https://www.bettybossi.ch)



KARTOFFELSALAT-SAUCE

Du liebst Kartoffelsalat, aber die immer gleiche Sauce langweilt dich? In unserem Online-Beitrag



«Kartoffelsalat – gute Laune bei der Gartenparty» findest du fünf spannende neue Saucen für deinen Kartoffelsalat.

Mit oder ohne Mayo?

Kartoffelsalat mit oder ohne Mayonnaise ist eine Glaubensfrage. Hier die Vor- und Nachteile beider Varianten.

Mit Mayonnaise

- + cremig und herzhaft
- fettreicher, schwerer
- verderbt schnell bei Wärme, da Mayo empfindlich ist

→ besser für den Winter, Picknick mit Kühlbox, deftige Gerichte

Ohne Mayonnaise

- + leichter
- + Kartoffeln nehmen das Dressing und die Aromen besser auf
- weniger cremig

→ perfekt im Sommer, zu leichten Gerichten, ideal zum Vorbereiten

DIE RICHTIGEN KARTOFFELN

Wähle für Kartoffelsalat **fest kochende Sorten**, damit die Kartoffelscheiben beim Mischen nicht zerfallen. Fest kochende Kartoffeln findest du im Supermarkt in grünen Beuteln.

Nicht vergessen:

Kartoffeln immer vor Licht geschützt aufbewahren, allfällige grüne Stellen grosszügig wegschneiden, Keime und Augen entfernen.



Griechisch gut!

Die griechische Küche steht für pure Lebensfreude.
Hol dir Feriengefühle auf den Teller!



Griechischer Gemüsesalat

🕒 20 Min. 🌱 vegetarisch 🚫 glutenfrei

3 EL Rotweinessig
4 EL Olivenöl
2 Knoblauchzehen
½ Bund Oregano
¼ TL Salz
wenig Pfeffer

Essig und Öl in einer Schüssel verrühren. Knoblauch dazupressen, Oregano fein schneiden, begeben, Sauce würzen.

1 rote Peperoni
1 gelbe Peperoni
4 Tomaten
10 Snackgurken
3 rote Zwiebeln
100 g entsteinte Oliven
200 g Feta
½ Bund Pfefferminze oder Oregano
wenig Pfeffer

Peperoni entkernen, in Streifen, Tomaten in Schnitze schneiden, zur Sauce geben. Snackgurken längs in Scheiben schneiden. Zwiebeln schälen, in Ringe schneiden, beides mit den Oliven daruntermischen, auf einer Platte anrichten. Feta zerbröckeln, Pfefferminzblätter abzupfen, beides darauf verteilen, würzen.

Portion (¼): 367 kcal, F 27g, Kh 20g, E 11g

Rezept
speichern





Linsen-Fava

🕒 20 Min. 🌱 vegan 🚫 laktosefrei 🚫 glutenfrei

200 g gelbe Linsen
5 dl Wasser

Linsen mit dem Wasser in eine Pfanne geben, aufkochen. Hitze reduzieren, offen ca. 10 Min. weich kochen. Linsen gut abtropfen.

1 Zwiebel
1 EL Olivenöl
1 Knoblauchzehe
1 Bio-Zitrone
1 dl Wasser
¾ TL Salz
wenig Pfeffer

Zwiebel schälen, fein hacken. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebel andämpfen, Knoblauch dazupressen, ca. 2 Min. mitdämpfen. Linsen kurz mitdämpfen. Von der Zitrone die Schale dazureiben, 2 EL Saft dazupressen. Wasser daruntermischen, pürieren. Fava würzen, auf einer Platte anrichten.

1 Bund glattblättrige Petersilie
2 EL Olivenöl
40 g Kapern
einige Kapernäpfel

Petersilie fein schneiden, mit dem Öl in einem Schälchen verrühren. Kapern abtropfen, mit dem Petersilienöl auf dem Dip verteilen.

Dazu passen: Fladenbrot und Zitronenscheiben.

Lässt sich vorbereiten: Fava-Dip ca. ½ Tag im Voraus zubereiten, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren.

Portion (¼): 269 kcal, F 10 g, Kh 29 g, E 13 g

Rezept
speichern



Vegetarisches Moussaka

🕒 50 Min. + 50 Min. backen 🌱 vegetarisch

Für eine ofenfeste Form von ca. 2½ Litern, gefettet

200 g Rüebli 400 g Fleischtomaten 2 Zwiebeln 2 Knoblauchzehen 1 EL Olivenöl 2 EL Tomatenpüree ½ TL Zimt 1 dl Gemüsebouillon 4 Zweiglein Oregano ½ Bund glattblättrige Petersilie Salz , nach Bedarf wenig Pfeffer	Rüebli schälen, in ca. 1 cm grosse Würfel, Tomaten in Stücke schneiden. Zwiebeln und Knoblauch schälen, fein hacken. Öl in einer Pfanne warm werden lassen. Zwiebeln und Knoblauch andämpfen. Rüebli, Tomaten, Tomatenpüree und Zimt kurz mitdämpfen. Bouillon dazugießen, aufkochen. Oregano und Petersilie fein schneiden, begeben, Hitze reduzieren, Sauce zugedeckt bei kleiner Hitze ca. 15 Min. köcheln, würzen.
400 g mehlig kochende Kartoffeln 400 g Auberginen 2 EL Olivenöl 1 TL Salz	Ofen auf 180 Grad (Heissluft) vorheizen. Kartoffeln schälen, in ca. 5 mm dicke Scheiben hobeln. Auberginen längs in ca. 5 mm dicke Scheiben schneiden, mit den Kartoffeln auf zwei mit Backpapier belegte Bleche verteilen, mit Öl bestreichen, salzen.
Backen: ca. 15 Min. im Ofen. Herausnehmen, Hitze auf 200 Grad erhöhen.	
3 EL Butter 3 EL Mehl 6 dl Milch ¼ TL Zimt wenig Muskat 1 TL Salz wenig Pfeffer 200 g Feta 1 Ei	Butter in einer Pfanne warm werden lassen. Mehl begeben, unter Rühren mit dem Schwingbesen ca. 1 Min. dünsten. Pfanne von der Platte nehmen. Milch auf einmal dazugießen, unter Rühren aufkochen. Hitze reduzieren, Zimt und Muskat daruntermischen, würzen. Unter gelegentlichem Rühren bei kleiner Hitze ca. 10 Min. köcheln, bis die Sauce sämig ist. Feta zerbröckeln, Ei verklopfen, mit der Hälfte des Fetas unter die Béchamelsauce rühren.
4 EL Béchamelsauce in der vorbereiteten Form verteilen. Auberginen, Kartoffeln, Tomaten- und Béchamelsauce lagenweise in die Form schichten, mit Auberginen und Béchamelsauce abschliessen. Restlichen Feta darüberstreuen.	

Fertig backen: ca. 35 Min.

Portion (%): 404 kcal, F 25 g, Kh 32 g, E 14 g

Rezept
speichern





Poulet-Gyros

🕒 40 Min. + 1 Std. aufgehen lassen

Ergibt 8 Pita-Brote

300 g Mehl
1 TL Salz
¼ Würfel Hefe (ca. 10 g)
1½ dl lauwarmes Wasser (175 g)
4 EL Olivenöl

Mehl und Salz in einer Schüssel mischen. Hefe zerbröckeln, darunter-mischen. Wasser und Öl dazugießen, mischen, zu einem weichen, glatten Teig kneten. Zugedeckt bei Raumtemperatur ca. 1 Std. aufs Doppelte aufgehen lassen.

Öl zum Braten
1 TL Paprika
1 TL Zimt
¾ TL Salz
600 g Pouletschenkel-Steaks ohne Haut
1 rote Zwiebel
2 Tomaten

Wenig Öl in einer Bratpfanne heiss werden lassen. Paprika, Zimt und Salz in einem Schälchen mischen, Poulet-Steaks damit würzen. Hitze reduzieren, Poulet beidseitig je ca. 5 Min. braten. Poulet heraus-nehmen, auf ein Brett legen, mit zwei Gabeln zerzupfen. Zwiebel schälen, in feine Ringe schneiden. Tomaten in Scheiben schneiden.

150 g griechisches Joghurt nature
2 Prisen Salz
wenig Pfeffer
1 Bio-Zitrone
1 Bund Pfefferminze oder Petersilie

Joghurt mit Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren. Von der Zitrone die Schale dazureiben. Pfefferminze fein schneiden, darunter-mischen.

Teig in 8 Portionen teilen, zu Kugeln formen, auf wenig Mehl zu Fladen von je ca. 10 cm Ø auswallen. Fladen nacheinander in einer heissen Bratpfanne bei mittlerer Hitze beidseitig je ca. 30 Sek. backen. Herausnehmen, Pita-Brote auf ein Gitter legen. Poulet mit dem Joghurt-Dip, Zwiebeln und Tomaten auf den Pita-Broten verteilen und geniessen.

Dazu passen: Ofen-Frites.

Stück: 333 kcal, F 13 g, Kh 31 g, E 21 g

Rezept
speichern



Souvlaki

🕒 20 Min. + 2 Std. marinieren + 30 Min. ziehen lassen + 8 Min. grillieren 🍴 schlank 🚫 glutenfrei

4 EL Olivenöl ½ EL flüssiger Honig 1 Bio-Zitrone ½ Bund Oregano wenig Pfeffer	Öl und Honig in einer Schüssel gut verrühren. Von der Zitrone die Schale dazureiben, Saft auspressen, 1 EL Saft dazupressen, Rest beiseite stellen. Oregano fein schneiden, daruntermischen, würzen.
3 Schweinshalssteaks <i>(je ca. 200 g)</i>	Fleisch in ca. 2 cm grosse Würfel schneiden, zur Marinade geben, gut mischen. Fleisch zugedeckt im Kühlschrank mind. 2 Std. marinieren.
1 Gurke 1 TL Salz	Gurke schälen, entkernen, an der Bircherraffel fein reiben. Salz daruntermischen, in einem Sieb ca. 30 Min. ziehen lassen.
1 Knoblauchzehe 150 g griechisches Joghurt nature ¼ TL Salz wenig Pfeffer 1 EL Olivenöl	Knoblauch in eine Schüssel pressen. Joghurt und 1 TL des beiseite gestellten Zitronensafts begeben, mischen. Gurke gut ausdrücken, unter das Joghurt mischen, Tzatziki würzen. Öl darüberträufeln, zugedeckt bis zum Servieren kühl stellen.
2 rote Zwiebeln 1 Bio-Zitrone 4 Metall- oder Holzspiesse ¼ TL Salz	Holzkohle-/Gas-/Elektrogrill: Zwiebel schälen, in Schnitze schneiden. Zitrone halbieren. Fleisch herausnehmen, Marinade abstreifen, abwechselungsweise mit den Zwiebeln an die Spiesse stecken, salzen. Spiesse und Zitrone zugedeckt über mittelstarker Glut oder auf mittlerer Stufe (ca. 200 Grad) beidseitig je ca. 4 Min. grillieren. Spiessli mit der Zitrone und dem Tzatziki anrichten.

Dazu passt: Fladenbrot.

Portion (¼): 544 kcal, F 41g, Kh 12g, E 32g

Rezept
speichern



Beerissimo

Saftig, süß und schön
leuchtend – Beeren sind die
perfekte Zutat für
sommerliche Desserts
und Kuchen.



Himbeer-Mandelkuchen

🕒 20 Min. + 30 Min. backen 🌱 vegetarisch

Für die Backform gefüllte Würfel, gefettet und bemehlt Ergibt 16 Stück

180 g Butter, weich
250 g Zucker
1 Prise Salz
4 Eier

Ofen auf 180 Grad vorheizen. Butter in eine Schüssel geben, Zucker und Salz mit den Schwingbesen des Handrührgeräts darunterrühren. Ein Ei nach dem anderen begeben,iterrühren, bis die Masse heller ist.

250 g Mehl
1½ TL Backpulver
150 g geschälte, gemahlene Mandeln
150 g Himbeeren

Mehl, Backpulver und Mandeln mischen. Himbeeren begeben, mischen, unter die Masse mischen. Teig in die vorbereitete Form füllen.

Backen: ca. 30 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen. Kuchen auf ein Gitter stürzen, auskühlen. Kuchen in 16 Würfel schneiden.

2 EL Wasser
1 EL Zitronensaft
1½ EL Gelierzucker (Coop)
16 Himbeeren (ca. 90 g)
2 dl Vollrahm
100 g Crème fraîche

Wasser und Zitronensaft mit dem Zucker in einer kleinen Pfanne aufkochen. Zugedeckt ca. 1½ Min. köcheln. Pfanne von der Platte nehmen. Himbeeren begeben, sorgfältig hin und her bewegen. Rahm zusammen mit der Crème fraîche steif schlagen, je ca. 1 EL davon in die Vertiefungen der Würfel geben. Himbeeren darauf verteilen. Restlichen Schlagrahm dazu servieren.

Haltbarkeit: Kuchen ca. 1 Tag im Voraus backen, auskühlen, gut in Folie verpackt im Kühlschrank aufbewahren. Erst ca. 1 Std. vor dem Servieren verzieren.

Tipp: Statt Himbeeren Heidelbeeren oder Brombeeren verwenden.

Stück (%): 347kcal, F 22g, Kh 30g, E 6g

Rezept
speichern



GEFÜLLTE WÜRFEL

Mit der Backform gefüllte Würfel bäckst du 16 saftige Würfel mit Mulden – perfekt, um sie mit Cremes oder Konfi zu füllen. Die eingebackenen Linien machen das Schneiden zum Kinderspiel. Als Geschenk gibt es ein Büchlein mit köstlichen Rezepten.

Die Form ist erhältlich auf bettybossi.ch

Vanillecreme mit Heidelbeeren

🕒 20 Min. + 2 Std. kühl stellen 🌱 vegetarisch 🚫 glutenfrei

Für 6 Gläser von je ca. 2 dl

5 dl Vollmilch	Milch, Zucker, Maizena und Eier mit dem Schwingbesen verrühren.
3 EL Zucker	Vanillestängel längs aufschneiden, Samen auskratzen, beides be-
1 EL Maizena	geben, unter ständigem Rühren bei mittlerer Hitze zum Kochen
2 frische Eier	bringen. Sobald die Masse bindet und cremig wird, Pfanne sofort
1 Vanillestängel	von der Platte nehmen, ca. 2 Min. weiterrühren. Creme durch ein
	Sieb in eine Schüssel giessen. Klarsichtfolie direkt auf die Creme
	legen, auskühlen, ca. 2 Std. kühl stellen.
2 dl Vollrahm	Rahm knapp steif schlagen. Creme glatt rühren, den Schlagrahm
	darunterziehen.
500 g Heidelbeeren	Die Hälfte der Heidelbeeren mit dem Puderzucker in einer Pfanne
1 EL Puderzucker	mischen. Von der Zitrone wenig Schale abreiben, beiseite stel-
1 Bio-Zitrone	len. 1 EL Saft dazupressen, heiss werden lassen, ca. 2 Min. köcheln.
	Pfanne von der Platte nehmen, restliche Heidelbeeren mit der
	beiseite gestellten Zitronenschale daruntermischen. Je 1 EL der
	Beeren in die Gläser verteilen. Vanillecreme in die Gläser füllen,
	restliche Heidelbeeren darauf verteilen.

Lässt sich vorbereiten: Vanillecreme ca. 1 Tag im Voraus zubereiten, auskühlen, zugedeckt im Kühlschrank aufbewahren. Den Schlagrahm erst kurz vor dem Anrichten darunterziehen.

Portion (⅙): 268 kcal, F 16 g, Kh 24 g, E 6 g

Rezept
speichern



LUST AUF BEEREN

Ob Tiramisu, Mousse oder Wähe: Mit frischen Beeren schmeckt alles fantastisch. Unser Buch «Beerenzauber» bietet eine Sammlung der beliebtesten Beeren-Rezepte für jede Gelegenheit und Jahreszeit. Perfekt dazu: die Frischhaltedosen mit Siebeinsatz für optimales Aufbewahren von Beeren.

Erhältlich auf bettybossi.ch





Beeren-Crumble

🕒 10 Min. + 25 Min. backen 🌱 vegetarisch

Für eine ofenfeste Form von ca. 1½ Litern, gefettet Für 6 Personen

- 1 Vanillestängel
- 750 g gemischte Beeren
(z. B. Brombeeren, Heidelbeeren,
Himbeeren und Johannisbeeren)
- 1 EL Puderzucker
- 1 Bio-Zitrone

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Vanillestängel längs aufschneiden, Samen auskratzen, mit den Beeren und dem Puderzucker in der vorbereiteten Form mischen. Von der Zitrone wenig Schale dazureiben, 1 EL Saft dazupressen, mischen.

- 75 g Mehl
- 50 g Zucker
- 1 Prise Salz
- 50 g Butter, kalt

Mehl, Zucker und Salz in einer Schüssel mischen. Butter in Stücke schneiden, begeben, von Hand zu einer krümeligen Masse reiben, über die Beeren verteilen.

Backen: ca. 25 Min. in der Mitte des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, lauwarm servieren.

Dazu passt: Vanille- oder Fior-di-Latte-Glace.

Portion (¼): 191kcal, F 8 g, Kh 27 g, E 3 g

Rezept
speichern



Schokolade-Cookie-Tarte

🕒 15 Min. + 12 Min. backen 🌱 vegetarisch

50 g dunkle Schokolade
(64 % Kakao)

Ofen auf 200 Grad vorheizen. Schokolade fein hacken, in eine dünnwandige Schüssel geben, über das nur leicht siedende Wasserbad hängen, sie darf das Wasser nicht berühren. Schokolade schmelzen, glatt rühren.

80 g Butter, weich

120 g grobkörniger Rohrzucker

2 Prisen Salz

1 Ei

Butter in eine Schüssel geben, Zucker und Salz mit den Schwingbesen des Handrührgeräts darunterrühren. Ei darunterrühren, weiterrühren, bis die Masse heller ist. Die geschmolzene Schokolade daruntermischen.

150 g Mehl

¼ TL Backpulver

50 g dunkle Schokolade
(64 % Kakao)

Mehl und Backpulver mischen, unter die Schokolademasse mischen. Teig rund auf einem mit Backpapier belegten Blech ca. 1cm dick auswallen. Schokolade grob hacken, auf dem Cookie verteilen, etwas andrücken.

Backen: ca. 12 Min. in der unteren Hälfte des Ofens. Herausnehmen, etwas abkühlen, Cookie auf einem Gitter auskühlen.

150 g Erdbeeren

100 g Doppelrahm

100 g Himbeeren

Erdbeeren in Scheiben schneiden, mit wenig Doppelrahm und den Himbeeren auf dem Cookie verteilen. Restlichen Doppelrahm dazu servieren.

Stück (⅓): 230 kcal, F 13 g, Kh 24 g, E 3 g

Rezept
speichern



NEWS

Ich bin absoluter Betty Bossi Fan, leidenschaftliche Esserin und Hobbyköchin. Ernährung und neue Gerichte inspirieren mich und sind eine gute Balance zum stressigen Alltag.



Kundin Jessica Agoras auf Zeitreise im «Hallo Betty»-Filmset der 50er, stilecht mit Vintage-Telefon.

Jetzt bist du dran!

Was bedeutet Betty Bossi für dich? Gibt es ein Rezept, das dein Leben verändert hat? Hast du mit Betty Bossi kochen gelernt? Gibt es einen Küchenhelfer, den du nicht mehr hergeben möchtest? Ob rührend, lustig oder alltäglich: **Erzähl uns, was dich mit Betty Bossi verbindet** – mit oder ohne Bild. Wir suchen Geschichten und Anekdoten, Lieblingsrezepte, Erfolge und alles, was du mit uns teilen möchtest. Mit etwas Glück wird dein Beitrag veröffentlicht.



PER MAIL: hallobetty@bettybossi.ch

PER POST: Betty Bossi, Division der Coop Genossenschaft, Kennwort: Hallo Betty, Baslerstrasse 52, Postfach, 8021 Zürich

FINE FOOD BERGFETA

Der einzigartige, aromatische Bergfeta DOP von Fine Food wird in den Bergen von Grevena im Nordwesten Griechenlands hergestellt. Die verwendete Milch stammt von Schafen und Ziegen, die im Sommer auf über 600 Meter über Meer frei grasen können. Im Winter werden die Tiere mit Heu aus diesem Weidegrund gefüttert. Dank der Flora des Gebiets und des bewährten Herstellungsverfahrens mit Hilfe traditioneller Kulturen erhält dieser Feta seinen besonderen Geschmack.

Der Produzent des Fine Food Fetas ist der erste griechische Bio-Milchverarbeiter. Das Familienunternehmen hat ein einzigartiges, integriertes und selbstversorgendes Molkereiproduktionssystem eingeführt und stellt diesen Feta nach einem geschützten Verfahren her, das den Bergfeta als DOP auszeichnet. Der Fine Food Bergfeta hat einen unvergleichlichen Geschmack und passt ideal für Salate, Aufläufe oder als Snack.



tionssystem eingeführt und stellt diesen Feta nach einem geschützten Verfahren her, das den Bergfeta als DOP auszeichnet. Der Fine Food Bergfeta hat einen unvergleichlichen Geschmack und passt ideal für Salate, Aufläufe oder als Snack.

ERHÄLTlich IN COOP SUPERMÄRKTEN

GEWINNSPIEL

Wie findest du diese Ausgabe?

Jetzt bei der Umfrage mitmachen und mit etwas Glück CHF 20 gewinnen. bettybossi.ch/umfrage



VORSCHAU

Freu dich auf feine
Tätschli, fruchtige Rezepte
mit Melonen
und cremige
Desserts

Ab 18. August 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: Michael Fehr, 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

Betty Bossi zahlt sich aus: jetzt bestellen!

Das perfekte Kombi für frische Beeren!



50 HIT-Rezepte



Kombi-Spar-Angebot

**Beerenzauber, Buch
+ Frischhaltedosen – Kombi**

Art.-Nr. 40532.748

nur CHF **29.90**

statt CHF 39.90

Du sparst CHF 10.-

Für Nicht-Abonnenten CHF 35.90

Kartoffelsalat mit wenig Aufwand!



2 kg heisse
Geschwellti in
5 Min. verarbeitet

**Betty Bossi
Kartoffelsalat-
Blitz**

Art.-Nr. 32211.748

CHF **27.95**

Für Nicht-Abonnenten CHF 32.95

Top-Qualität zum Top-Preis!



Einführungs-Preis

**Betty Bossi
Kochtopf,
Edelstahl – 4er-Set**

Art.-Nr. 32259.748

nur CHF **149.95**

statt CHF 199.95

Du sparst CHF 50.-

Für Nicht-Abonnenten CHF 219.95

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

