

Alphabetische Rezeptliste von meinen Koch- und Backbüchern

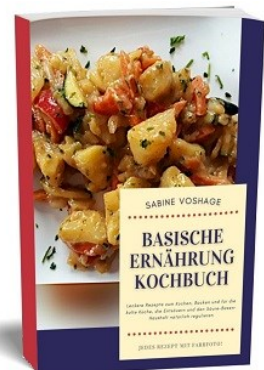


Weihnachtsbäckerei mit Dinkel und gesunden Zuckeralternativen:
Leckeres Weihnachtsgebäck wie Lebkuchen, Spekulatius, Dominosteine, Stollen & Co. ohne raffinierten Zucker

[Taschenbuch € 9,99 / eBook € 5,99](#)

Basische Ernährung Kochbuch: Leckere Rezepte zum Kochen, Backen und für die kalte Küche, die Entsäuern und den Säure-Basen-Haushalt natürlich regulieren

[Taschenbuch € 9,99 / eBook € 5,99](#)



Basische Rezepte: Basische und basenüberschüssige Rezepte zum Kombinieren

[Taschenbuch € 8,99 / eBook € 4,99](#)

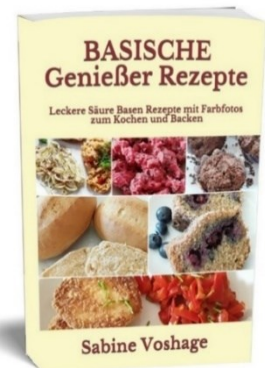


Kuchen, Brot und Co mit Dinkel: Überarbeitete Neuauflage mit zusätzlichen Rezepten

[Taschenbuch € 8,99 / eBook € 4,99](#)

Basische Genießer Rezepte: Leckere Säure Basen Rezepte mit Farbfotos zum Kochen und Backen

[Taschenbuch € 7,99 / eBook € 3,99](#)



Basisch & Glutenfrei: Gesunde Rezepte mit Farbfotos von deftig bis süß

[Taschenbuch € 7,99 / eBook € 3,99](#)

Meine Ernährungsratgeber sind ebenfalls bei [Amazon](#) oder direkt bei mir unter folgender E-Mail-Adresse erhältlich

sabine-voshage@t-online.de

Die folgenden Rezepte sind in den o.a. Büchern enthalten:

(Die in Klammern aufgeführten Namen sind die vollständigen Rezept-Titel aus den Büchern)

A

Ajvar (Pikante Würzpaste)	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Amerikaner	<i>Kuchen, Brot und Co mit Dinkel</i>
Apfelbisquit (Schwedischer Apfelbisquit)	<i>Kuchen, Brot und Co mit Dinkel</i>
Apfel-Eierlikör-Torte	<i>Kuchen, Brot und Co mit Dinkel</i>
Apfel-Muffins (Schnelle Apfel-Muffins)	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Apfel-Zimt-Mus	<i>Basische Rezepte</i>
Apfel-Zwiebel-Aufstrich (Delikater Apfel-Zwiebel-Aufstrich)	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Aussteckkekse (Einfache Ausstechkekse)	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Avocado-Dip	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>

B

Backkartoffel mit Sour Cream und gebratenem Fenchel	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Bananen-Kokos-Marmorkuchen	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Bananen-Zitronen-Sorbet	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Bethmännchen	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Blumenkohl-Paprika-Salat	<i>Basische Rezepte</i>
Blumenkohl Schnitzel	<i>Basische Rezepte</i>
Blumenkohl-Curry-Aufstrich	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Bratapel-Bällchen	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Bratapel-Konfitüre	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Bratapel-Porridge	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Bratlinge (Hirse-Kartoffel-Bratlinge)	<i>Basische Rezepte</i>
Brokkoli-Möhren-Suppe	<i>Basische Rezepte</i>

Brokkoli-Salat (Knackiger Brokkoli-Salat)
Brötchen (Helle Brötchen aus Sauerteig und Hefe)
Brownies (Vegane Brownies)
Buchweizen Cracker
Buchweizenbrot (Glutenfreies Buchweizenbrot)
Burger Buns
Burger Patties (Vegane Burger Patties)
Butter-Spekulatius

Basisch & Glutenfrei
Kuchen, Brot und Co mit Dinkel
Basische Ernährung Kochbuch
Basische Rezepte
Basische Rezepte
Basische Ernährung Kochbuch
Basische Ernährung Kochbuch
Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

C

Cashew-Parmesan
Champignon-Salat (Brauner Champignon-Salat)
Champignon Pastete
Cheddar (Basischer Streich-Cheddar)
Cevapcici (Vegane Cevapcici mit Djuvec-Reis und Tzatziki)
Chia-Schokoladen-Pudding mit Früchten
Chili-Knoblauch-Kartoffeln
Chili senza Carne
Cracker (Dinkel-Erdmandel-Cracker)

Basische Rezepte
Basisch & Glutenfrei
Basische Rezepte
Basische Ernährung Kochbuch
Basische Ernährung Kochbuch
Basische Rezepte
Kuchen, Brot und Co mit Dinkel
Basisch & Glutenfrei
Basische Genießer Rezepte

D

Darmgesundheits-Brot
Darmgesundheits-Riegel
Donauwelle
Dattelpaste
Dinkel-Blitz-Brötchen
Dinkelcouscous Salat mit gefüllten Riesen-Champignons
Dinkel-Roggen-Brötchen und -Stangen

Basische Rezepte
Basische Ernährung Kochbuch
Kuchen, Brot und Co mit Dinkel
Basische Rezepte
Basische Genießer Rezepte
Basische Ernährung Kochbuch
Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Dominosteine

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

E

Eierlikör-Topfkuchen

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Elisenlebkuchen

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Erdbeer-Biskuit-Schnitten

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Erdbeer-Eis (Fruchtiges Erdbeer-Eis)

Basische Genießer Rezepte

Erdbeermarmelade (Feine Erdbeer-Konfitüre)

Basisch & Glutenfrei

Erdbeer-Muffins

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Erdnuss-Butter

Basische Ernährung Kochbuch

Erdnussmilch

Basische Ernährung Kochbuch

Erdnuss Reis

Basische Ernährung Kochbuch

Erdnuss-Schokolade

Basische Ernährung Kochbuch

F

Farmersalat (Würziger Farmersalat)

Basische Genießer Rezepte

Farmersalat mit Avocado-Dressing

Basische Ernährung Kochbuch

Fächerkartoffeln aus dem Ofen

Basisch & Glutenfrei

Feigenpaste

Basische Ernährung Kochbuch

Feigensenf (Basischer Feigensenf)

Basische Ernährung Kochbuch

Fenchelgemüse „Indische Art“

Basisch & Glutenfrei

Fermentierter Pfefferkäse

Basische Ernährung Kochbuch

Fischauflauf (Griechischer Fischauflauf)

Basische Genießer Rezepte

Fladenbrot (Dinkelvollkorn-Fladenbrot)

Basische Rezepte

Fladenbrot (Knuspriges Fladenbrot, glutenfrei)

Basisch & Glutenfrei

Frankfurter Kranz Muffins

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Frikadellen (Vegane Frikadellen mit Hirse-Keimlingen)

Basische Genießer Rezepte

Frikadellen-Pesto-Salat

Basische Rezepte

Fruchtiger Salat mit Pinienkernen

Basische Genießer Rezepte

G

Gegrillte Räucher-Röllchen

Basische Ernährung Kochbuch

Gemischter Salat (Bunt gemischter Salat)

Basische Genießer Rezepte

Gemüse-Couscous-Taler

Basische Ernährung Kochbuch

Gemüsepizza mit Hefeschmelz

Basische Ernährung Kochbuch

Gekörnte Gemüsebrühe (80% Gemüseanteil)

Basische Genießer Rezepte

Gersterbrot

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Geröstete Kichererbsen

Basische Ernährung Kochbuch

Ghee (Ayurvedisches Ghee)

Basisch & Glutenfrei

Goji-Zimt-Cookies

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Goldene Milch

Basische Ernährung Kochbuch

Goldhirse in Knoblauchbutter

Basisch & Glutenfrei

Graupeneintopf (Scharfer Graupeneintopf)

Basische Rezepte

Grissini

Basische Ernährung Kochbuch

Grünkohl mit veganer Räucherwurst und Salzkartoffeln

Basische Genießer Rezepte

Gurkensalat (Pikanter Kurkuma-Gurkensalat)

Basische Rezepte

Gyros-Frikadellen (Vegetarische Gyros-Frikadellen mit Tomaten-Risotto und Ofen-Fenchel)

Basische Genießer Rezepte

Gyros-Gewürz (Pikantes Gyros-Gewürz)

Basische Genießer Rezepte

H

Hafermilch

Basische Rezepte

Hanfsamenbrot

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Hanfsamen-Weißbrot

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Happy Meal

Basische Ernährung Kochbuch

Heidelbeermuffins (Saftige Heidelbeermuffins)

Basisch & Glutenfrei

Heidelbeer-Topfkuchen

Basische Genießer Rezepte

Heringssalat (Roter Heringssalat)

Basische Genießer Rezepte

Hirse-Gemüse-Pfanne

Basische Rezepte

Hokkaido-Brot

Basische Ernährung Kochbuch

Hummus (Würziger Hummus)

Basische Ernährung Kochbuch

J

Jausen-Hafer-Kekse

Basische Rezepte

K

Kabeljaufilet in Eihülle

Basisch & Glutenfrei

Kartoffelauflauf (Scharfer Kartoffelauflauf mit Haselnüssen)

Basische Ernährung Kochbuch

Kartoffelbrot (Sonnenblumen-Kartoffelbrot)

Basische Genießer Rezepte

Kartoffelbrötchen (Knusprige Kartoffelbrötchen)

Basische Rezepte

Kartoffelchips (Würzige Kartoffelchips)

Basische Ernährung Kochbuch

Kartoffelgratin (Schnelles Kartoffelgratin)

Basisch & Glutenfrei

Kartoffel-Knoblauch-Mayo

Basische Rezepte

Kartoffelpuffer (Knusprige Kartoffelpuffer)

Basische Rezepte

Kartoffelsalat (Würziger Kartoffelsalat)

Basisch & Glutenfrei

Kartoffelsalat mit Avocado-Paprikamayo

Basische Ernährung Kochbuch

Kartoffelsuppe (Pikante Kartoffelsuppe)

Basische Genießer Rezepte

Käsecracker (Basische Käsecracker)

Basische Ernährung Kochbuch

Ketchup (Delikater Currygewürz-Ketchup)

Basisch & Glutenfrei

Keimbrot (Basisches Keimbrot)

Basische Ernährung Kochbuch

Käse-Schnittlauch-Soße

Basisch & Glutenfrei

Kräuterbutter „Italiano“

Basisch & Glutenfrei

Kräuterquark (Veganer Kräuterquark)

Basische Rezepte

Knäckebrötchen (Basisches Knäckebrötchen)

Basische Ernährung Kochbuch

Knäckebrötchen (Vollkorn-Knäckebrötchen)	<i>Basische Rezepte</i>
Knoblauchbutter (Feine Knoblauchbutter)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Knoblauchkäse (Veganer Knoblauchkäse)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Kohlrabi Salat (Delikater Kohlrabi Salat)	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Körnerbrötchen	<i>Kuchen, Brot und Co mit Dinkel</i>
Knusperflakes (Basische Knusperflakes)	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Kohlrabischnitzel mit feurigem Paprika-Gemüse und Fächerkartoffeln	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Kokosdrink und Kokosmilch	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Kokos-Eiskonfekt	<i>Basische Rezepte</i>
Körner-Nuss-Brot	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Kuvertüre (Schnelle Kuvertüre)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Kürbisbrötchen (Fluffige Kürbisbrötchen)	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Kürbiskernbrot	<i>Kuchen, Brot und Co mit Dinkel</i>
Kürbissuppe (Duo-Kürbissuppe mit Brötchen)	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Kürbis-Zucchini-Auflauf	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>

L

Lachsfilet (Mariniertes Lachsfilet)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Laugenstangen	<i>Basische Rezepte</i>
Lebkuchen	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Lebkuchengewürz	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Lebkuchen-Mandel-Crossies	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Linsenpaste „Tomate-Basilikum“	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Linseneintopf (Klassischer Linseneintopf)	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Linsen-Zwiebel-Aufstrich	<i>Basische Rezepte</i>
Lupinenfrikadelle „Indische Art“	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Lupinenfrikadelle „Italiano“	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Lupinenmett (Vegetarisches Lupinenmett)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>

M

Maistortillas (Glutenfreie Maistortillas)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Mandelhörnchen (Basische Mandelhörnchen)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Mandelmilch	<i>Basische Rezepte</i>
Mandel-Curry-Dressing	<i>Basische Rezepte</i>
Mandel-Kokos-Schiffchen	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Mandel-Kokos-Würfel	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Mandelmayonnaise	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Mandeltorte (Basische Mandeltorte)	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Marmor Muffins	<i>Kuchen, Brot und Co mit Dinkel</i>
Mandelmus (Weißes Mandelmus)	<i>Basische Rezepte</i>
Mandel-Sesam-Brötchen	<i>Basische Rezepte</i>
Marinierte Champignons mit Mandel Dressing	<i>Basische Rezepte</i>
Marzipan	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Marzipan (Basisches Marzipan)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Marzipanstollen	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Mandel-Vanillepudding	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Mayonnaise (Leicht verdauliche Mayonnaise)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Mediterranes Pfannengemüse	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Minestrone alla Genovese	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Mini-Kokosmakronen	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Mohnkuchen	<i>Kuchen, Brot und Co mit Dinkel</i>
Mutzenmandeln	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Mürbegebäck (Zartes Mürbegebäck)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>

N

Nudelsalat (Würziger Nudelsalat mit Mandelmus)	<i>Basische Rezepte</i>
Nudelpfanne etc. (Gemüse-Nudelpfanne mit Dinkel-Seitan-Burger)	<i>Basische Genießer Rezepte</i>

Nussecken

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Nussplätzchen

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

O

Ofen-Spargel mit veganer Käsesoße und Rosmarin-Kartoffeln

Basische Genießer Rezepte

Orangenmarmelade

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Orangenmarmelade (Fruchtige Orangenmarmelade)

Basisch & Glutenfrei

Overnight Oats zum Kombinieren

Basische Ernährung Kochbuch

P

Paprikakäse (Veganer Paprikakäse)

Basisch & Glutenfrei

Paprikapizza mit Lupinenmett

Basisch & Glutenfrei

Paprika-Rührei mit Cashew-Parmesan

Basische Rezepte

Paprikasalat mit gebratenen Champignons

Basische Ernährung Kochbuch

Pfannkuchen (Dinkelpfannkuchen mit Apfelmus)

Basische Rezepte

Pfeffernüsse

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Pikantes Tomaten-Pesto

Basisch & Glutenfrei

Pilzcurry mit knusprigen Kartoffelwedges und Senf-Dip

Basische Genießer Rezepte

Pizzabrot

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Pralinés mit Walnuss Marzipan

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Prilken (Fluffige Dinkel-Prilken)

Basische Genießer Rezepte

Porree-Möhrengemüse

Basisch & Glutenfrei

Q

Quark-Rosinen-Brötchen

Basische Ernährung Kochbuch

Quinoa-Pancakes mit karamellisierten Pfirsichspalten

Basische Genießer Rezepte

R

Raffaello (Basische Raffaello)

Rosinenbrötchen

Rote Beete Aufstrich (Basischer Rote Beete Aufstrich)

Rotkohlgemüse etc. (Pikant scharfes Rotkohlgemüse mit Goldhirse)

Rotkrautsalat (Pikanter Rotkrautsalat)

Rotwein-Topfkuchen

Basische Ernährung Kochbuch

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Basische Rezepte

Basische Genießer Rezepte

Basisch & Glutenfrei

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

S

Salatdressing (Schnelles Salatdressing)

Salat-Wrap mit Geschnetzelten

Salzcracker

Sauerkirsch-Konfitüre

Sauerkirschkonfitüre

Schnittlauch-Käse (Veganer Schnittlauch-Käse)

Schokocreme (Basische Schokocreme)

Schoko-Muffins mit Kakaonibs

Schokoladenpudding mit Rohkakao

Seitan (Grundteig für Dinkel-Seitan)

Semmelknödel

Senf (Basischer Senf)

Senf-Dressing

Sonnenblumenbrot

Sonnenblumen Hack

Suppengrün-Salat (Schneller Suppengrün-Salat)

Süßer Semmel

Süßkartoffel-Kokos-Riegel

Süßkartoffel-Lauchcreme-Suppe

Basisch & Glutenfrei

Basische Genießer Rezepte

Basische Rezepte

Basische Genießer Rezepte

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Basische Genießer Rezepte

Basisch & Glutenfrei

Basische Genießer Rezepte

Basisch & Glutenfrei

Basische Genießer Rezepte

Basische Rezepte

Basische Genießer Rezepte

Basische Rezepte

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Basische Ernährung Kochbuch

Basische Genießer Rezepte

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Basische Rezepte

Basische Rezepte

Süßkartoffel Pommes	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Spitzkohlaufauf (Indischer Spitzkohl-Auflauf mit Walnüssen)	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Spaghetti Bolognese	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Spaghetti-Eis (Cremiges Spaghetti-Eis)	<i>Basische Genießer Rezepte</i>
Spaghetti-Gratin mit Cashew-Kruste	<i>Basische Rezepte</i>
Spekulatiusgewürz	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Spitzkohlsalat mit Knoblauch	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Spritzgebäck mit Marzipan	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
Streuselkuchen	<i>Kuchen, Brot und Co mit Dinkel</i>
Sülze (Würzige Gemüse-Sülze)	<i>Basische Rezepte</i>
Süßkartoffel-Kokos-Aufstrich	<i>Basische Genießer Rezepte</i>

T

Tahini (Sesampaste)	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Tahini-Erdnuss-Dressing	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Tomaten-Basilikum-Salat	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Tomatencreme-Soße (Delikate Tomatencreme-Soße)	<i>Basisch & Glutenfrei</i>
Tomaten-Hanf-Feldsalat	<i>Basische Rezepte</i>
Tomaten-Paste (Italienische Tomaten-Paste)	<i>Basische Rezepte</i>
Toffifee	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>
Tzatziki (Veganer Tzatziki) basenüberschüssig	<i>Basische Rezepte</i>
Tzatziki (Veganer Tzatziki) basisch	<i>Basische Ernährung Kochbuch</i>

U

Überbackenes Ofengemüse	<i>Basische Rezepte</i>
-------------------------	-------------------------

V

Vanille Kipferl	<i>Weihnachtsbäckerei mit Dinkel</i>
-----------------	--------------------------------------

Vegane Frühstücks Muffins

Vegane Spekulatius Muffins

Vollmilch Ganze Nuss-Schokolade

Vollmilch Kuvertüre

Wirsing-Gemüse (Paprika-Wirsing-Gemüse)

Vitalstoff-Riegel

Vollkornbrot

Basische Rezepte

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Basische Rezepte

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Basische Rezepte

Basische Genießer Rezepte

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

W

Waffelröllchen mit Zimteis und Mandelkrokant

Walnuss Muffins (Vitalstoffreiche Walnuss Muffins)

Weißer Schokolade mit und ohne Crunch

Weißbrot (Helles Weißbrot)

Weißkohl-Gemüse (Scharfes Weißkohl-Kokos-Gemüse)

Weißkraut-Salat mit Leinöl

Wirsing-Sonnenblumen-Frikadellen

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Basisch & Glutenfrei

Basisch & Glutenfrei

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Basische Rezepte

Basische Rezepte

Basische Rezepte

Z

Zartbitterschokolade (Edle Zartbitterschokolade)

Zartbitter Kuvertüre

Zimtsterne

Zitronenkuchen

Zuckerkekse

Zwetschkuchen

Zwiebelsuppe mit Croutons

Basisch & Glutenfrei

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Weihnachtsbäckerei mit Dinkel

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Kuchen, Brot und Co mit Dinkel

Basische Rezepte