



“

Veganer:in, Vegetarier:in oder Omnivore - für jeden lässt sich die Lieblingsvariante im perfekten Verhältnis finden, denn die Proteinquellen sind ganz leicht austauschbar.

*So kann jedes Gericht vegan, vegetarisch oder mit Fleisch zubereitet werden.
Be smart, eat smart - choose MissNutri®*

*Ruck zuck – keine Zeit zu verlieren
Ofengerichte: für Küchenmuffel*

“

AUS DEM OFEN

Die Wunderwaffe für Kochscheue

Keine Lust zu kochen? Kein Problem! Die Lösung: Ofengerichte.

Dein Tag war lang und trotzdem hast du Lust auf etwas Leckeres und Gesundes? Während du aufräumst, duschst oder auch einfach nur die Füße hochlegst, erledigt dein Backofen ganz nebenbei den Großteil der Arbeit. Zutaten aufs Blech, Ofen an, warten, schmecken lassen.

Einige Gerichte sind ein wenig zeitaufwendiger, falls es doch einmal etwas Besonderes sein soll, dir der Sinn nach Kochen steht oder du Gäste erwartest. Die meisten Gerichte eignen sich hervorragend zum Einfrieren oder auch als Meal Prep für den nächsten Tag.

Ich wünsche dir viel Spaß beim Ausprobieren!