



# Low Carb Rezepte für die KitchenAid

DAS KOCHBUCH FÜR MITTAGESSEN ABENDESSEN  
DESSERTS SALATE  
ABNEHMEN - SCHLANK WERDEN - DIÄT - WENIG  
KOHLENHYDRATE - INKL. VEGETARISCH

◆ Simone Herrmann ◆

# Low Carb Rezepte für die KitchenAid

[Low Carb Rezepte für die KitchenAid - Das Kochbuch für Mittagessen Abendessen Desserts Salate Abnehmen - schlank werden - Diät - wenig Kohlenhydrate - inkl. vegetarisch](#)

[VORWORT](#)

[Low Carb Mittagessen Rezepte:](#)

[Blumenkohl Sushi mit Lachs](#)

[Schollenfilet mit Spitzkohl-Gemüse und Steinpilzen](#)

[Crespelle mit Tomaten-Hack-Füllung](#)

[Brokkoli-Auflauf mit Speck-Käsespätzle](#)

[Pikante Pfannkuchen-Roulade](#)

[Zucchini-Cheddar-Puffer mit Tomaten-Kräuterquark](#)

[Vegetarische Gemüsepastete mit Champignons](#)

[Blumenkohl-Cheese](#)

[Kürbisgnocchi mit Salbeibutter](#)

[Überbackenes Wurzelpüree mit Mandelhaube](#)

[Low Carb Abendessen Rezepte:](#)

[Chicken Cordon bleu](#)

[Gefüllte Auberginen-Röllchen im Speckmantel](#)

[Feurige Wurst-Kohl-Pfanne](#)

[Kürbispaghetti mit Hähnchengeschnetzeltem und buntem Gemüse](#)

[Puten-Piccata mit Kapern-Sahne-Soße](#)

[Gyros-Gratin](#)

[Knusperpizza Margherita](#)

[Eiernudeln mit Spinat-Käse-Soße](#)

[Avocado Frittata mit Cocktailtomaten](#)

[Veggie-Burger mit Petersilienwurzel-Patties](#)

[Low Carb Salat:](#)

[Chicorée-Salat mit Orangen und gerösteten Pinienkernen](#)

[Weißkohl-Salat mit Koriander und Roquefort](#)

[Fenchelsalat mit Äpfeln und Knusperspeck](#)

[Low Carb Desserts:](#)

[Saftiger Rhabarber-Buttermilch-Mandelkuchen](#)

[Erdbeer-Macadamia-Soufflé](#)

[Johannisbeer-Biskuitrolle](#)

[Disclaimer](#)

[Impressum](#)

**Low Carb Rezepte für die KitchenAid - Das  
Kochbuch für Mittagessen Abendessen  
Desserts Salate Abnehmen - schlank  
werden - Diät - wenig Kohlenhydrate - inkl.  
vegetarisch**

# VORWORT

Mit der Universalküchenmaschine unbeschwert genießen und dabei überflüssige Pfunde verlieren.

In diesem Kochbuch finden Sie Low-Carb Rezepte für leckeres Mittagessen und Abendessen, genussvolle Desserts, sowie gesunde Salate mit wenig Kohlenhydraten.

Die Gerichte sind alltagstauglich und enthalten detaillierte Nährwertangaben.

Die Rezepte sind geeignet für die KitchenAid\* - \*Bei der Bezeichnung „KitchenAid“ handelt es sich um eine eingetragene Marke der Firma WHIRLPOOL PROPERTIES US. Der Verfasser des Buches steht in keiner geschäftlichen Beziehung zum Unternehmen.

**Hinweis:**

**Jede Art von Diät sollte vorher mit einem Arzt besprochen werden.**