

**30 Minuten zubereitet. Während das Gericht noch auf dem Herd oder im Ofen gart, können Sie schon nebenbei für Ordnung in der Küche sorgen und es sich nach dem Essen gemütlich machen. Die angegebenen Zeiten für die Vorbereitung können leicht variieren, je nachdem, wie geübt Sie sind.**

**Die Zutaten sind in der Reihenfolge aufgelistet, in der sie verarbeitet werden. Die Grundzutaten aus dem Vorrat und die frischen Zutaten sind farblich gekennzeichnet.**

**Um das Minimax-Prinzip gelingsicher in der Küche umzusetzen, brauchen Sie einen gut gefüllten Vorratsschrank. Eine gute Qualität Ihrer ausgewählten Zutaten hilft besonders dann, wenn Sie nur wenige Zutaten benötigen. Sparen Sie**

**nicht an der falschen Stelle! Denn die Freude über den guten Geschmack währt länger als der günstige Preis. Die komplette Liste mit vielen Tipps finden Sie im Anschluss.**

# MINIMAX-VORRAT

## MINIMAX- VORRATSSCHRANK

Salz, Pfeffer und Chili aus der Gewürzmühle. Ein einfaches Siedesalz reicht natürlich aus, um Nudeln und Kartoffeln zu würzen. Soll es etwas raffinierter sein, greifen Sie zu französischem Fleur de sel oder dem spanischen Verwandten Flor de sal, um Speisen den letzten kulinarischen Schliff zu geben. Schwarze Pfefferkörner sind

frisch gemahlen besonders aromatisch und sehen auch optisch sehr ansprechend aus. Deshalb lohnt sich die Anschaffung einer Gewürzmühle doppelt. Gemahlene Pfeffer kaufen ist ab heute tabu, denn die Minimax-Rezepte leben durch diese kleinen, aber feinen Raffinessen. Chili aus der Mühle ist besonders praktisch, da er sich einfach und gut dosieren lässt. Alternativ können Sie Chiliflocken, scharfes Paprikapulver, grünen oder roten Tabasco wählen.

## Zucker

Wählen Sie beim Einkauf feinkörnigen Zucker. Dieser löst sich schneller auf, was besonders bei der Zubereitung von Desserts und Dressings von Vorteil ist. Sie können aber auch jede andere Sorte

nehmen. Sind Sie ein Verfechter von Zuckeralternativen? Dann probieren Sie Birkenzucker, Kokosblütenzucker oder Ahornsirup aus.

### Flüssiger Honig

Dieser lässt sich leichter dosieren und löst sich in kalten Speisen schneller auf.

### Weißweinessig

Essigsorten gibt es viele. Haben Sie am besten verschiedene Essigsorten im Vorrat. So können Sie je nach Gusto den für das Rezept passenden Essig auswählen. Unser Favorit für die Zubereitung der Minimax-Rezepte ist der Weißweinessig, da dieser mit einer Vielzahl an weiteren Zutaten besonders gut harmoniert. Um die Essigsäure, z.B.