

Federleichtes Leuchten

Die hübsche Blätter-Lichterkette funktioniert dank Batterien auch im Park. LED-Lichterkette, 2,6 m, ca. 7,50 Euro, hemashop.com

Mit Meerblick

Kühle Aqua-Farben und die natürliche Griffigkeit von vorgewaschenem Leinen bringen entspannte Sommeratmosphäre auf den Tisch. Leinenservietten, 45 x 45 cm, in vielen Farben, ca. 12 Euro, couleurlocale.eu

Hier wohnt das Brot

Frisch und bunt gestreift wie die Sonnenschirme an der französischen Riviera – in dieser schönen Box bleibt das Brot gleich extra lange frisch. Praktisch: Der Bambusdeckel ist zugleich Schneidebrett. „Seaside“-Brotbox, Melamin/Bambus, ca. 60 Euro, remember.de



Grün, gut, gesund

Unser köstlich erfrischender Molke-Drink hat richtig viel zu bieten: wertvolles Eiweiß, Milchsäure, Vitamine – und zuckerfrei ist er auch noch

Gurken-Molke-Drink

⚡ 5 Min. ⌚ 10 Min. 🍴 einfach 🍷 4 Gläser 📊 pro Glas 2 g E, 0 g F, 8 g KH = 48 kcal (208 kJ)

- 500 g Molke, gekühlt
- 500 g Bio-Gurke, gekühlt, in Stücken
- ¼-½ grüne Peperoni, entkernt
- 1 Kresse-Beet, abgeschnitten
- 2-3 Prisen Salz

1. Molke, Gurke, Peperoni, Kresse und Salz in den Mixtopf geben, **1 Min./Stufe 10 pürieren**, in 4 Gläser umfüllen und sofort servieren.

TIPP Sie können auch frische Molke verwenden, die z. B. bei der Herstellung von Ricotta entsteht (siehe Seite 14).

DRINK
der Saison

Der erfrischt und enthält hochwertiges Molke-Eiweiß. Darauf trinken wir!



Jetzt kriegen Sie 'nen Korb

Einen für den Bummel über den Wochenmarkt, für die Obsternte oder als hübsches Versteck für Wollknäuel. Der stabile Strohkorb mit dem Doppelgriff hält, was er verspricht. Runder Korb, 30 x 32 x 32 cm, ca. 26 Euro, zarahome.com



MARION FRIERT EIN

— diesmal —

STREUSEL

„Rohen Streuselteig kann man super einfrieren; etwa für einen schnellen Crumble oder den Kirsch-Streusel-Kuchen auf Seite 60: Streusel 1 Stunde im Kühlschrank vorkühlen. Dann in Gefrierbeutel verpackt einfrieren – dabei aufpassen, dass sie nicht aneinanderkleben. Etwa 30 Minuten vor dem Backen aus dem Gefriergerät nehmen und wie gewohnt verarbeiten.“