



- 6 **Liebe Leserin, lieber Leser**
- 9 **Der Mixer in der Küche**
- 10 **Die Basics: Geräte und Zutaten**
- 21 **Rezepte – blitzschnell gemixt**
- 22 **Smoothies, Säfte & Shots**
- 38 **Milchalternativen & Getränke**
- 54 **Aufstriche & Pestos**
- 67 **Suppen**
- 82 **Salate & Dressings**
- 94 **Süßes**
- 110 **Dies & Das**
- 124 **Rezeptregister**