

## Schnellkochtopf-Rezepte: 20 fixe Leckereien



Einkaufen, Gemüse waschen, Fleisch oder Fisch vorbereiten, alles klein schnippeln, anbraten... Hilfe! Manchmal klingt Kochen doch wirklich nach einer riesigen Portion Arbeit! Vor allem im Feierabend, wenn sich der Hunger schon meldet, ehe die Haustür ganz aufgeschlossen ist. Aber statt zum Flyer des Lieferdienstes des Vertrauens greifen wir ab sofort zum **Schnellkochtopf!** Zugegeben, das Schnippeln nimmt er dir nicht ab, dafür wird die **Garzeit** dank der Zubereitung unter erhöhtem Druck **um bis zu 70% gesenkt**. Hast du außerdem noch einen **passenden Dämpfeinsatz**, kannst du deine Leckereien alternativ auch besonders nährstoffschonend zubereiten. Nun aber genug der Theorie und ran an den Herd, unsere **20 Schnellkochtopf-Rezepte** sind für jeden Hunger bereit!

### Schnellkochtopf-Rezepte mit Gemüse

#### Steckrübeneintopf

Bei wunderbaren Winterschmäusen denken wir natürlich direkt an sättigende Eintöpfe. Auf unserer Liste rund um Schnellkochtopf-Rezepte dürfen sie natürlich auch keineswegs fehlen! Damit das Winterglück perfekt wird, gesellen sich in diesen neben Möhren und Kartoffeln noch Steckrüben, bei deren süßlich-herbem Aroma uns direkt warm ums Herz wird. [Zum Rezept](#)



[Steckrübeneintopf](#)

#### Kaisergemüse mit mariniertem Räuchertofu

Na, kommst du auch an deinen täglichen Gemüsebedarf? Für uns ist das dank knackigem Kaisergemüse gar kein Problem! Brokkoli, Blumenkohl und Möhrchen beweisen uns in diesem schmackhaften Trio, dass es für den absoluten Hochgenuss nicht immer exotisch auf dem Teller zugehen muss. Für die extra Würze sorgt ein großes Stück knuspriger Räuchertofu und für den samtigen Touch cremige Sauce Hollandaise. [Zum Rezept](#)



[Kaisergemüse mit mariniertem Räuchertofu](#)

## Schnellkochtopf-Rezepte: 20 fixe Leckereien

### Gemüseragout mit Süßkartoffel, Kohlrabi und Paprika

Auch wenn es bei uns am Wochenende gerne mal deftiger zugehen darf – unter der Woche starten wir doch am liebsten fit in den Feierabend. Am besten geht das mit einem leichten Schmaus, der nicht schwer im Magen liegt und trotzdem schön fix zubereitet ist. Also ran ans Schneidebrett und Auftritt Gemüseragout in würziger Tomatensauce! In deinem Schnellkochtopf sind die Zutaten noch schneller gar als geschnippelt und mit etwas Bulgur als Beilage bist du in nur 30 Minuten satt und zufrieden. Bei so einem leichten Genuss ist sogar noch Platz für einen kleinen Nachtisch! [Zum Rezept](#)



[Gemüseragout mit Süßkartoffel, Kohlrabi und Paprika](#)

### Minestrone – italienische Gemüsesuppe

Hast du dich schon mal gefragt, was „kunterbunt“ auf Italienisch heißt? Minestrone! Na gut, zugegeben, so ganz stimmt das nicht. Aber beim Anblick der würzigen Gemüsesuppe mit Tomaten, Sellerie, Kartoffeln, Möhren und Bohnen fällt uns kaum ein anderes Wort ein. Außer vielleicht noch „lecker!“. Für die Extra-Sättigung auf jeder Kelle kannst du dem Klassiker noch ein paar Orecchiette hinzufügen – und vergiss den Parmesan nicht, der hier als leckeres Gewürz fungiert. [Zum Rezept](#)



[Minestrone – italienische Gemüsesuppe](#)

### Fenchelgemüse mit Kartoffeln

Fenchel gehört für dich in die Teetasse? Von wegen! Mit unserem wunderbaren Fenchelgemüse mit Kartoffeln entdeckst du die wunderbare, milde Würze der grünen Knolle direkt aus dem Kochtopf! Besonders würzig wird der gesunde Schmaus mit einem spritzigen Dressing aus Kürbiskernöl und Zitronensaft. Manchmal lohnt sich der Blick über den Teetassenrand doch einfach! [Zum Rezept](#)



[Fenchelgemüse mit Kartoffeln](#)

### Blumenkohlpüree mit Thymian

Fluffig-weiches Püree, aber doch bitte ohne Kohlenhydrate! Gar kein Problem. Wenn sich wunderbar luftiges Blumenkohlpüree neben saftigem Filet oder Fisch zu Genießervölkchen auftürmt, vermisst wirklich niemand die Kartoffel. Ein Klecks Butter macht die samtige Beilage besonders sämig, während Thymian einen



## Schnellkochtopf-Rezepte: 20 fixe Leckereien

Hauch mediterranes Flair auf deine Gabel bringt. Was will man mehr von der perfekten Low-Carb-Beilage?! [Zum Rezept](#)



[Blumenkohlpüree mit Thymian](#)

### Schnellkochtopf-Rezepte mit Fleisch

#### Deftige Kartoffelsuppe mit Bockwurst

Es gibt ja diese Tage, an denen ein frischer, knackiger Salat mit leichtem Dressing und Kräutern genau das Richtige ist. Und dann gibt es diese anderen Tage. Die, an denen es regnet und es kalt und ungemütlich ist. Und wir einfach wissen: Jetzt reicht kein Rohkost, jetzt müssen die deftigeren Geschütze aufgefahren werden. Wie unsere sämige Kartoffelsuppe mit würziger Bockwurst, Karotten, Sellerie und ganzen Kartoffelstücken. Da verzeihen wir dem Himmel sogar das schlechte Wetter. [Zum Rezept](#)



[Deftige Kartoffelsuppe mit Bockwurst](#)

#### Grünkohleintopf mit Mettwurst

Kulinarische Ausflüge in die Küchen anderer Länder schön und gut – manchmal muss es aber einfach gute, alte, deutsche Hausmannskost sein. Vor allem an kalten und trüben Tagen sind deftige Klassiker wie stückiger Grünkohleintopf mit Kartoffeln und extra würziger Mettwurst unangefochtene Lieblings-schmäuse. Von wegen typisches Omaessen – so aromatisch lieben wir unser Wintergemüse! [Zum Rezept](#)



[Grünkohleintopf mit Mettwurst](#)

#### Rouladen mit Rotweinsauce

Spaghetti mit Tomatensauce klingen dir einfach nicht außergewöhnlich genug? Dann zauber dir doch nach Kathrins Beispiel wohlklingende -und -schmeckende Polpette di Melanzane dazu! Die wunderbaren und ganz tierfreien Auberginenbällchen stammen direkt aus unserem Genuss-Garantie-Lieblingsland Italien, nehmen aber noch einen Umweg über den Orient und bringen uns sättigenden Bulgur mit. [Zum Rezept](#)

## Schnellkochtopf-Rezepte: 20 fixe Leckereien



Rouladen mit Rotweinsauce

### Klassisches Gulasch

Sonntag ist Gulasch-Tag, so zumindest an vielen Wochenenden im Winter bei uns zu Hause. Kein Wunder, immerhin ist sanft geschmortes Rindfleisch in einer deftigen, dunklen Sauce neben Kartoffeln oder Kartoffelpüree der Garant für Wohlfühlessen par excellence. In deinem Schnellkochtopf gelingt der deftige Klassiker noch deutlich schneller, sodass das Schlemmen ganz ohne Geduld losgehen kann. [Zum Rezept](#)



Klassisches Gulasch

### Hühnersuppe

Es müssen nicht immer Hustensaft und Nasenspray bei Erkältung sein! Manchmal tun auch schmackhafte Hausmittelchen wie selbstgemachte Hühnersuppe wahre Wunder. Im Schnellkochtopf ist dein frisches Suppenhuhn im Nullkommanichts gar und bringt dir mit buntem

Gemüse und einem Schuss Sahne Aroma pur auf den Teller. Schmeckt natürlich auch ohne Erkältung – Vorsorge ist immerhin besser als Nachsorge! [Zum Rezept](#)



Hühnersuppe

### Sauerbraten

Wer sagt denn, dass Festtagsgenüsse nur an Festtagen schmecken?! Bestimmt nicht dein Schnellkochtopf! Selbst eingelegter, mürber und unvergleichlich zarter Sauerbraten wandert unter Druck zubereitet in gerade einmal 30 Minuten auf deine Tafel und bringt dir das Besondere in den Alltag. [Zum Rezept](#)



Sauerbraten

### Schnellkochtopf-Rezepte mit Fisch

#### Zanderfilet mit Rosenkohl-Apfel-Salat

Salzig, saftig und mit dezenter Dillnote – so muss das



## Schnellkochtopf-Rezepte: 20 fixe Leckereien

perfekte Zanderfilet sein! Damit du von möglichst vielen der guten Nährstoffe profitierst, solltest du unbedingt mal die Zubereitung im Dämpfeinsatz deines Schnellkochtopfes ausprobieren. Im heißen Dampf gart das zarte Fleisch besonders schonend und wandert voller guter Inhaltsstoffe auf deinen Teller. Mit süß-deftigem Rosenkohl-Apfel-Salat gibst du deinem Immunsystem noch einen zusätzlichen Boost und sorgst zudem für Aufsehen auf deiner Tafel. [Zum Rezept](#)



[Zanderfilet mit Rosenkohl-Apfel-Salat](#)

### Gedämpfter Kabeljau mit Tomaten-Avocado-Salsa

Bereit für die wohl frischeste Genussbrise auf deinem Teller? Dann lass deinen saftigen Kabeljau statt in die Pfanne in den Dämpfeinsatz deines Schnellkochtopfes wandern! Dank des schonenden Garens im heißen Wasserdampf bleiben all die guten Nährstoffe des Fisches erhalten und belohnen dich mit Aroma pur. Für den feurigen Ausgleich auf der Tafel sorgt eine saftige Tomaten-Avocado-Salsa, die dir bei all der Frische ordentlich einheizt. [Zum Rezept](#)



[Gedämpfter Kabeljau mit Tomaten-Avocado-Salsa](#)

### Fischragout mit Mangold-Kartoffelstampf

Verbindest du frische Fischgerichte auch so sehr mit Urlaub am Meer? Dann hol dir das Entspannungs-Feeling doch ganz einfach auf den heimischen Esstisch! Seelenstreichelndes Fischragout in buttriger Dillsauce mit samtigem Mangold-Kartoffelstampf gibt uns auch im tiefsten Winter das Gefühl von warmen Sonnenstrahlen im Gesicht. [Zum Rezept](#)



[Fischragout mit Mangold-Kartoffelstampf](#)

### Gedämpfter Lachs mit Spinat und Pinienkernen

Zugegeben, bei uns in der Küche darf es ja gerne mal außergewöhnlicher werden. Aber in manchen Dingen, da sind wir dann doch traditionell. Zum Beispiel mit dem einen Fisch-Tag in der Woche. Es müssen ja nicht immer deftige Schlemmereien sein, manchmal ist ein leichtes Lachsfilet genau das Richtige. Gedämpft kannst du zudem

## Schnellkochtopf-Rezepte: 20 fixe Leckereien

noch auf die Zugabe von Fett verzichten und kommst so dank Salz, Pfeffer, Dill und Petersilie in den Genuss vollen Fischaromas. Und als Beilage? Kuscheln sich süßliche Rosinen an würzigen Spinat und bringen neuen Schwung in das Klassiker-Gericht. [Zum Rezept](#)



[Gedämpfter Lachs mit Spinat und Pinienkernen](#)

### Süßes aus dem Schnellkochtopf

#### Mandarinen-Käsekuchen

Dämpfe, dämpfe Kuchen... richtig gelesen! Unsere Liste voller Schnellkochtopf-Rezepte wäre schließlich ohne die ein oder andere süße Versuchung nicht komplett. Deshalb bleibt der Ofen heute kalt, stattdessen gesellen sich frischer Quark und Frischkäse gemeinsam mit zart süßlichen eingelegten Mandarinen in die Springform. Im Anschluss genießt der fixe Teig eine schnelle Runde im sanften Wasserdampf und wird schon auf den ersten Bissen zum neuen Helden deiner Kaffeetafel. [Zum Rezept](#)



[Mandarinen-Käsekuchen](#)

#### Dampfnudeln mit Vanillesoße

Ob auf der Skipiste oder dem Jahrmarkt – so richtig komplett werden beide Erlebnisse erst mit dem süßen Abschluss: der Dampfnudel. Beziehungsweise dem Germknödel oder Hefekloß. Welchen Namen die Leckerei auch immer bei dir trägt, ihren fluffigen Teig, die fruchtige Pflaumenmus-Füllung und die sündige Vanillesauce haben sie alle gemeinsam. [Zum Rezept](#)



[Dampfnudeln mit Vanillesoße](#)

#### Veganer Milchreis mit Mandelmilch und heißen Kirschen

Warst du eher Team Grieß oder Team Milchreis? Bei uns fällt die Entscheidung ganz klar auf Milchreis! Vor allem, seit wir dank Mandelmilch unvergleichliche Cremigkeit ganz ohne Kompromisse genießen können. Ohne raffinierten Zucker, dafür mit süß-sauren Kirschen wird

## Schnellkochtopf-Rezepte: 20 fixe Leckereien

das Dessert so im Handumdrehen zur gesunden, vollwertigen Mahlzeit. [Zum Rezept](#)



[Veganer Milchreis mit Mandelmilch und heißen Kirschen](#)

### Apfelmus

Desserts ganz ohne Schokolade sind für dich undenkbar? Dann wird es Zeit, zu Boskop, Cox-Orange und Braeburn zu greifen! Im Schnellkochtopf und mit einer kleinen Prise Zimt verfeinert werden die süßlichen Apfelsorten so in ein paar Minuten zu wunderbar samtigem Apfelmus, das ganz ohne Zucker nicht nur unseren Reibekuchengenuss versüßt. [Zum Rezept](#)



[Apfelmus](#)