

Gemeinsames Kochen - Rezeptideen für Teams

Pizza per Tutti

Für 6-8 Personen
Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten



Kollaborativ, charmant-chaotisch- für Teams, die den Ofen zur Metapher machen wollen.

Zutaten (Basis)

- 1 kg Mehl (z. B. halb Weiss- halb Vollkornmehl)
- 1 Würfel Hefe oder 2 Päckchen Trockenhefe
- ca. 600 ml lauwarmes Wasser
- 2 TL Salz
- 2 EL Olivenöl

Toppings (nach Gusto)

- Tomatensauce
- Mozzarella / Reibkäse
- Gemüse, Rucola, Oliven etc.

Rollenverteilung

- 1 Person: Hefe aktivieren & Teig kneten
- 2 Personen: Gemüse schneiden
- 2 Personen: Sauce & Käse
- 1-2 Personen: Backen

Wirkung

Pizza ist ein soziales Format - jeder bringt etwas ein.



Shakshuka in der Team-Pfanne

Für 6-8 Personen
Zubereitungszeit: ca. 35-40 Minuten



Kommunikativ, duftend - bestens geeignet für Teams mit Hunger auf Wärme und viel Würze.

Zutaten

- Zwiebeln
- Knoblauch
- Peperoni
- Tomatenmark
- Gewürze
- Eier oder Tofu
- Brot
- Feta

Rollenverteilung

- 1 Person: mise-en-place
- 2 Personen: Schneiden
- 1 Person: Rühren & Würzen
- 1-2 Personen: Eier hinzufügen

Wirkung

Eine gemeinsame Pfanne - ein gemeinsamer Prozess.



Bunter Linsensalat mit Tahini-Zitrone

Für 6-8 Personen
Zubereitungszeit: ca. 30-35 Minuten



Schnippelintensiv, aber meditativ - geeignet für Teams, die Struktur und Würze lieben.

Zutaten

- 500 g Linsen
- Gemüse (Peperoni, Gurke, Tomaten)
- Kräuter
- Feta/vegane Alternative

Dressing

- Tahini
- Zitronensaft
- Olivenöl
- Salz
- Pfeffer
- Ahornsirup

Rollenverteilung

- 2 Personen: Gemüse schneiden
- 1 Person: Dressing mixen
- 1-2 Personen: Abschmecken & Anrichten

Wirkung

Strukturierte, aber offene Komposition.



Wrap it up - das Team-Deli zum Selberbauen

Für 6-8 Personen
Zubereitungszeit: ca. 45 Minuten



Niedriger Aufwand, maximal variabel - geeignet für Tage mit wenig Zeit, aber grossem Hunger.

Zutaten

- Weizentortillas
- Hummus
- Joghurt
- Guacamole
- Rohkost oder Salat
- Falafel oder Poulet

Rollenverteilung

- Alle bereiten eine Zutat vor
- Jeder rollt sich selbst sein Glück

Wirkung

Demokratisch, bunt, individuell - und trotzdem gemeinsam.

