

Frisch ins neue Jahr

Mit dem Jahreswechsel startet nicht nur das neue Jahr, für viele ist er ein Neubeginn mit vielen Vorsätzen aber auch neuen Zielen — das Vergangene hinter sich zu lassen, gesammelte Erfahrungen zu bewerten und so frisch ins neue Jahr zu starten. Mit einem frischen Start vor uns sind wir motiviert, uns selbst zu verbessern, schlechte Gewohnheiten loszulassen und unsere Träume zu verfolgen. Zeit also, optimistisch in die Zukunft sowie auf neue Abenteuer und Herausforderungen zu blicken. Und da mit den vielen Vorsätzen auch meist die Gesundheit und auch die Ernährung eine wichtige Rolle spielen, haben wir in diesem Heft zahlreiche Tipps und Rezepte für einen gesunden und mühelosen Start ins neue Jahr sowie zahlreichen Inspirationen für Vorsätze und ein neues Mindset zusammengestellt.



Gute Vorsätze für das neue Jahr: Was sind meine?

Das neue Jahr ist wie eine frische Leinwand, auf der wir die Chance haben, unsere Ziele und Träume zu gestalten. Gute Vorsätze sind dabei eine beliebte Tradition. Ob es darum geht, gesünder zu leben, Karriereziele zu verfolgen oder mehr Zeit mit der Familie zu verbringen — sie helfen uns dabei, uns auf bestimmte Themen zu konzentrieren und Motivation dafür zu finden. Doch oft scheitern gute Vorsätze, weil man sich zu viel vornimmt. Daher gilt es, realistische Ziele zu setzen, kleine Schritte zu gehen und sich auch durch Rückschläge nicht entmutigen zu lassen. Mit einem klaren Plan und der richtigen Einstellung kann man das neue Jahr nutzen, um seine Ziele umzusetzen und seine Träume zu verwirklichen.







Der Jahreswechsel: Neubeginn mit dem richtigen Mindset

Der Jahreswechsel ist mehr als nur ein Datum im Kalender, er ist die Zeit des Reflektierens und des Neubeginns. Ein entscheidender Faktor für einen erfolgreichen Start ins neue Jahr ist das richtige Mindset, also die innere Einstellung. Anstatt sich nur auf (gute) Vorsätze zu konzentrieren, sollten wir unser Denken und unsere Einstellung hinterfragen und uns auch unserer Träume



bewusst werden. Das Mindset spielt eine entscheidende Rolle in unserem Leben. Ein positives Mindset fördert Kreativität und Wachstum. Dies ermöglicht es uns, mutig neue Wege zu beschreiten, Herausforderungen als Chancen zu sehen und Misserfolge als Lerngelegenheiten zu nutzen. Die gute Nachricht ist, dass wir an unserer Einstellung arbeiten und so unser Mindset aktiv gestalten können. Ein optimistisches Mindset eröffnet uns neue Möglichkeiten und ist so der Schlüssel zu einem erfüllten und erfolgreichen Leben. Welche Ziele will man für 2024 setzen, welche der Fähigkeiten und Stärken sollen genutzt werden, um seine ganz individuellen Träume zu verwirklichen?

Berufs-Check - wie zufrieden bin ich?

Der Beruf, den wir wählen, hat einen erheblichen Einfluss auf unser Leben. Daher ist es wichtig, regelmäßig eine Bestandsaufnahme durchzuführen und sich zu fragen: "Wie zufrieden bin ich mit meinem Beruf?" Entsprechen deine aktuellen Aufgaben und Verantwortlichkeiten deinen Fähigkeiten und Interessen? Wünschst du dir vielleicht eine ausgeglichenere Work-Life



Balance oder neue berufliche Perspektiven? Wenn du feststellst, dass du unzufrieden bist oder dir möglicherweise auch nur einen Ausgleich zu deiner "normalen" Tätigkeit wünschst, hält Pampered Chef vielleicht genau die richtige Lösung für dich bereit!

Als Teil der Pampered Chef Community trägst du deine Begeisterung für die Produkte, das Kochen und das Backen weiter! So kannst du gleich drei der typischen Vorsätze unter einen Hut bringen: Starte eine neue Karriere, die dir mehr zeitliche und finanzielle Freiheit bietet.

Dadurch hast du die Möglichkeit, Beruf und Privatleben besser zu vereinbaren und kannst dich ganz nebenbei eingehend mit deiner Ernährung und der Zubereitung gesunder, selbst gemachter Mahlzeiten beschäftigen. Das klingt fast zu schön, um wahr zu sein? Melde dich doch einfach bei mir, ich erzähle dir mehr über deine Chancen bei Pampered Chef!

Zeit sparen und genießen

Was gibt es Schöneres, als sich entspannt zusammenzusetzen und gemeinsam das Essen zu genießen. Um noch mehr Zeit mit den Lieben zu verbringen und auch, weil der Januar gefühlt immer der längste Monat ist, haben wir einige kleine Tipps und Rezepte für gesunde und nicht so budgetintensive Mahlzeiten zusammengestellt.



Zutaten

Zutaten für ca. 6 Portionen

1 mittlere Zwiebel

250 g Möhren, geschält

300 g Cabanossi Wurst

Ca. 300 g frischer Grünkohl

2 TL Olivenöl

250 g Kirschtomaten

2 Knoblauchzehen, gepresst

1-2 TL Oregano, getrocknet

1 I heiße, kräftige Gemüsebrühe

100 g getrocknete Berglinsen, eingeweicht

und abgetropft

2 EL Balsamico Essig

Ca. 100 g frisch geriebener Parmesan

Grünkohl-Linsen-Eintopf

Zubereitung

- Zwiebeln fein hacken und Möhren würfeln. Wurst in Scheiben schneiden. Grünkohl in mundgerechte Streifen schneiden. Parmesan auf der feinen Seite der Verstellbaren zweiseitigen Reibe reiben.
- 2. Öl mit den Zwiebeln im **Großen Rockcrok** oder in der **Edelstahl-Antihaft-Wokpfanne** erhitzen und anbräunen. Dann Karotten, Cabanossi, Tomaten, gepressten Knoblauch und Oregano zufügen. Ca. 5 Minuten kochen, bis die Tomaten aufplatzen. Brühe und Linsen hinzugeben, Deckel auflegen und alles zum Kochen bringen. Bei kleiner Hitze 20 Minuten köcheln lassen.
- 3. Grünkohl sowie Essig hinzugeben und ca. 5 Minuten durchziehen lassen, bis der Grünkohl zusammengefallen ist. Eintopf mit Parmesan bestreut servieren.

Dieses Rezept ist perfekt zum Vorkochen geeignet!

Energiekugeln

Zubereitung

- Amaranth oder Quinoa in der Edelstahl-Antihaft-Pfanne
 cm bei mittlerer Hitze aufheizen, unter Rühren 1–3
 Minuten rösten, bis die Körner aufpoppen. Abkühlen lassen.
- 2. Mit Haferflocken, Kokos- und Schokoladenraspel mischen. Dann mit Honig und Erdnussbutter gründlich vermengen. Löffelweise Orangensaft hinzufügen, bis sich die Masse gut formen lässt.
- Mit einem Teelöffel jeweils eine Masse von 15–20 g abstechen und mit nassen Händen zu Kugeln formen. Die Kugeln mit Abstand auf den Großen Ofenzauberer plus setzen.
- 4. Die Kugeln für 10 Minuten in den Gefrierschrank oder für 30 Minuten in den Kühlschrank stellen.
- Die Energiekugeln bleiben in den Wiederverwendbaren Aufbewahrungsbeuteln im Kühlschrank mindestens eine Woche frisch.

VARIATIONSTIPPS:

- Kugeln zusätzlich mit geriebenem Ingwer, abgeriebener Orangenschale oder exotischen Gewürzen wie Fünf-Gewürzepulver, Ras el-Hanout würzen.
- · Amaranth gibt es schon fertig gepufft im Bioladen.
- Erdnussbutter durch Cashewcreme ersetzen.



Zutaten

Zutaten für 12 Stück
20 g Amaranth oder Quinoa
120 g Instant Haferflocken
60 g Kokosraspel
50 g Schokoladenraspel
200 g Erdnussbutter crunchy
100 g Honig oder Agavensirup
ca. 3–5 EL Orangensaft



Meal Prep: Clever vorbereiten für gesundes Essen

Meal Prep bezeichnet das Vorbereiten von Mahlzeiten im Voraus, häufig für die gesamte Arbeitswoche. Dieser Trend erobert die Küchen im Sturm, denn er erleichtert nicht nur den stressigen Alltag und spart Zeit, sondern fördert auch noch eine gesunde Ernährung, da weniger zu Fast Food gegriffen wird. Ganz nebenbei wird auch noch die Lebensmittelverschwendung reduziert und man spart bares Geld, wenn man die täglichen Mahlzeiten selbst zubereitet. Beim **Meal Prep** werden Zutaten für die Woche geschnitten, ggf. gekocht, portioniert und in Behältern vorbereitet. So können nahrhafte, ausgewogene Mahlzeiten schnell zubereitet werden.

Übrigens: Die **Wiederverwendbaren Aufbewahrungsbeutel** von Pampered Chef sind die idealen Partner für **Meal Prep**!

Wiederverwendbare Aufbewahrungsbeutel

Die wiederverwendbaren Aufbewahrungsbeutel sind perfekt geeignet, um Mahlzeiten und Snacks auch unterwegs dabei zu haben! Sie eignen sich auch ideal für das Meal Prep: Die einzelnen Komponenten der Mahlzeiten kann man separat darin aufbewahren und sie dann erst direkt vor dem Essen zusammenstellen. Auch kann man die Speisen darin sogar marinieren oder erwärmen. Jeder Silikonbeutel verfügt über ein durchsichtiges Fenster und einen auslaufsicheren Reißverschluss. Gefrierschrank-, mikrowellen- und backofengeeignet sowie für Sous-vide-Garen geeignet. Erhältlich in drei Größen sowie als Sandwichbeutel.

Kleiner wiederverwendbarer Aufbewahrungsbeutel #100487 | 12,00 €

Mittlerer wiederverwendbarer Aufbewahrungsbeutel #100488 | 16,00 €

Großer wiederverwendbarer Aufbewahrungsbeutel #100489 | 25,00 €

Mittlerer wiederverwendbarer Sandwichbeutel #100690 | 16,00 €

Wiederverwendbare Aufbewahrungsbeutel (Set) #100936 | 50,00 €

Erlebe diese und viele weitere Produkte live bei deiner persönlichen Kochshow. Sichere dir jetzt DEINEN Termin!





Rezeptbeispiele, die sich gut für Meal Prep eignen:

1. **Quinoa-Salat**: Bereite Quinoa im Voraus zu und kombiniere ihn mit gewürfeltem Gemüse, Kichererbsen, Feta-Käse und einem leichten Dressing. Dieser Salat hält sich gut und kann als gesunde Beilage oder Hauptgericht dienen.

Auch die Rezepte aus diesem Heft eignen sich hervorragend für das Meal Prep. Zutaten vorbereiten, ggf. separat aufbewahren und erst vor dem Servieren zusammenstellen.

- 2. **Hühnchen-Gemüsepfanne:** Schneide Hühnchen und Gemüse, wie z. B. Paprika, Zucchini und Brokkoli, in Stücke. Mariniere es mit deinen Lieblingsgewürzen und brate es vor. Portioniere die Pfanne in einzelne Mahlzeiten, die du später nur noch aufwärmen musst.
- 3. **Haferflocken mit Toppings:** Bereite eine größere Menge Haferflocken zu und fülle sie in Gläser. Füge Toppings wie Beeren, Nüsse, Joghurt und Honig hinzu. So hast du morgens ein schnelles und gesundes Frühstück.
- 4. **Burrito-Schalen:** Koche Reis, brate Hackfleisch oder Tofu und schneide Gemüse. Als Topping kannst du auch noch Käse reiben. Bewahre die Zutaten in separaten Behältern auf, damit du dir schnell deine Burrito-Schalen zusammenstellen kannst.
- 5. **Gemüseeintöpfe**: Bereite eine große Portion Gemüseeintopf zu und teile ihn auf Einzelportionen auf. Einfach aufwärmen und servieren.



Zutaten für 1 Person

30 g Baby-Grünkohlblätter oder Chinakohl

125 g Rotkraut

1/2 Salatgurke, halbiert und entkernt

1 Frühlingszwiebel, nur das Grün

5 Babymöhren

Dressing

1 EL milder Weißweinessig

1-2 EL Öl

1 TL Sojasauce

Salz, Pfeffer

1 EL Honig

1 TL Sesam

1/4 TL geriebener Ingwer

1 kleine Knoblauchzehe, gepresst

Toppings

2 EL Sojabohnen (Edamame)

2 EL chinesische Mie-Nudeln, gekocht

Asia-Kohlsalat

Zubereitung

- Salatzutaten in ein Sieb geben und waschen. Anschließend die Zutaten auf das Große Schneidebrett mit Saftrillen geben, Kohl und Rotkraut mit dem Beschichten Kochmesser in schmale Streifen schneiden, Gurke und Möhren in Scheiben und die Frühlingszwiebel in Ringe schneiden. Dann alle Zutaten eine Salatschüssel geben.
- 2. Zutaten des Dressings in den **SahneQuick** geben und vermischen und direkt vor dem Servieren zusammen mit den Toppings über den Salat geben.

TIPP: Ein Wochenplan ist eine clevere Methode, um eine ausgewogene und gleichzeitig stressfreie Ernährung zu erreichen. Durch die Planung der Mahlzeiten kann man gesündere Optionen wählen, durch die Auswahl saisonaler Zutaten für die Familienküche Geld sparen, Lebensmittelverschwendung minimieren und dabei auch noch Zeit sparen.





Winterlicher Feldsalat mit Kartoffeldressing

Zubereitung

- 1. Kartoffel in Salzwasser weichkochen, abgießen und mit den übrigen Dressing-Zutaten gut durchmixen
- 2. Speckwürfel auf dem **Ofenzauberer plus** im Ofen bei 200 °C 20 Minuten backen und abkühlen lassen. Schalotte fein würfeln und zur Seite stellen.
- Feldsalat gründlich waschen und verlesen. Mit Speckwürfeln, der Schalotte und dem Kartoffeldressing anrichten



Zutaten

Zutaten für 4 Personen

Für das Dressing

1 große mehligkochende Kartoffel

100 ml Essig

100 ml Walnussöl

400 ml Gemüsebrühe

1 TL Senf

1 Knoblauchzehe

Salz, Pfeffer

Für den Salat

300 g Feldsalat

1 große Schalotte, fein gewürfelt

200 g Speckwürfel



Low Carb - was ist das eigentlich?

Low Carb ist die Abkürzung für "Low Carbohydrate" und bezeichnet eine Ernährungsweise, bei der der Konsum von Kohlenhydraten reduziert wird. So soll der Blutzuckerspiegel stabil gehalten und der Körper dazu gebraucht werden, vermehrt auf Fettreserven als Energiequelle zurückzugreifen. Typische Kohlenhydratquellen wie Brot, Nudeln und Zucker werden eingeschränkt, während Lebensmittel wie Gemüse, Proteine und gesunde Fette bevorzugt werden. Eine

Low-Carb-Ernährung eignet sich häufig für eine Gewichtsreduzierung, du solltest jedoch unbedingt stets auf eine ausgewogene Ernährung achten.





Zutaten für 6 Portionen

700 g Hähnchenbrustfilets

50 g Stärke

1 Zucchini

2 Möhren, geschält

250 g Rotkraut (1/4 Kopf)

1 rote Paprikaschote

1 kleine Zwiebel, fein gewürfelt

200 g junge Erbsenschoten

1 große Tasse Basmatireis

1 ½ Tassen Wasser

3 EL ÖI

Soße

75 ml Sojasoße

1-2 EL Sriracha-Soße, scharfe Chilisoße

3 Knoblauchzehen, gepresst

Gemüse-Wok mit Hähnchen

Zubereitung

- 1. Für die Soße Honig, Sojasoße, Sriracha-Soße und gepressten Knoblauch mischen.
- 2. Hähnchen in mundgerechte Stücke schneiden, in einer Schüssel mit 1 EL Soße marinieren und dann mit Stärke bepudern.
- 3. Gemüse putzen. Mit dem **Kleinen Küchenhobel** Zucchini und Möhren in Scheiben und Rotkraut in dünne Raspel schneiden. Paprika in Streifen schneiden.
- 4. Reis mit Wasser erhitzen und ca. 15 Minuten quellen lassen.
- 5. **Edelstahl-Antihaft-Wokpfanne** mit 1 Esslöffel Öl bei 2/3 der Herdleistung ca. 3–5 Minuten aufheizen. Hähnchen darin ca. 2-3 Minuten anbräunen. Wieder aus dem Wok nehmen.
- 6. Restliche 2 EL Öl in den Wok geben und Zwiebeln, Karotten und Paprika darin 2–3 Minuten anbraten. Zucchini und Erbsen hinzufügen und weitere 2–3 Minuten unter Rühren garen.
- 7. Zum Schluss Hähnchen, Rotkraut und Soße zufügen und alles ca. 4–5 Minuten fertiggaren. Mit dem Reis servieren.

Die Brilliance-Antihaft-Kollektion: Dein Partner für die unkomplizierte und fettsparende Küche





Brilliance Antihaft-Topf 7,6 Liter

Dieser Topf ist die perfekte Wahl, wenn du große Mengen an Nudeln, Suppe oder Eintöpfen zubereiten möchtest — also auch ideal fürs Food Prepping! Mit seiner hochwertigen Antihaftbeschichtung innen und außen haften keinerlei Essensreste an diesem Topf an, und da er spülmaschinenfest ist, lässt er sich leicht reinigen. Geeignet für alle Herdarten inkl. Induktion sowie für den Backofen (Topf hitzebeständig bis 250 °C, Deckel bis 200 °C).

 Brilliance Antihaft-Topf 7,6 Liter #100735 | 185,00 €

Hole dir die Brilliance-Produkte als Gastgeber deiner Kochshow umsonst oder zum halben Preis in deine Küche! Jetzt buchen!

Brilliance Antihaft-Bratpfannen

Mit den Brilliance Antihaft-Bratpfannen fällt dir gesunde Ernährung ganz leicht, denn dank der hochwertigen Antihaftbeschichtung kannst du mit ihnen mit nur sehr wenig oder sogar ganz ohne Fett garen. Anschließend sparst du auch noch Zeit, denn die Pfannen lassen sich ganz einfach reinigen – sogar in der Spülmaschine! PFOA-frei, geeignet für alle Herdarten inkl. Induktion sowie für den Backofen und hitzebeständig bis 250 °C.

- **②** Brilliance Antihaft-Bratpfanne **21** cm #100730 | 70,00 €
- **❸ Brilliance Antihaft-Bratpfanne 25 cm** #100731 | 105,00 €



180 g Haferflocken

30 g geschrotete Leinsamen

600 ml Haferdrink

300 g Apfelmark

1 Apfel

60 g Haselnüsse

Zimt nach Geschmack



Zutaten

Zutaten für 4 Stück

6 Mini-Paprikaschoten

100 g Maiskörner (Dose)

350 g Hähnchenbrust, in 4 Stücken

½ Esslöffel Taco-Gewürz

4 Tortillafladen (20 cm)

100 g geriebener Cheddar oder Gouda

2–3 EL milde Salsa (mexikanische Sauce)

2-3 EL Saure Sahne

Overnight Oats mit Apfel

Zubereitung

- Haselnüsse hacken, in der Brilliance Antihaft-Bratpfanne
 21 cm anrösten und anschließend abkühlen lassen.
 Haferflocken und Leinsamen vermengen und auf die 6
 Kleinen Elfen verteilen. Je 100 ml Haferdrink dazugeben und kurz untermischen.
- 2. Je 50 g Apfelmark darübergeben. Den Apfel schälen, entkernen, in kleine Stücke schneiden und auf dem Apfelmark verteilen. Die Haselnüsse auf den Apfel verteilen. Mit Zimt bestreuen. Die **Kleinen Elfen** anschließend verschließen und in den Kühlschrank stellen.

Schnelle Fajitas

Zubereitung

- Stiele der Paprikaschoten ausschneiden, dann Paprika längs durchschneiden und Samen entfernen. Paprikaschoten in feine Streifen schneiden. Stücke mit Mais in den Kleinen Zaubermeister geben.
- 2. Hähnchenbrust in 4 Stücke schneiden und mit Taco-Gewürz bestreuen. Auf das Gemüse legen.
- 3. Mit aufgelegtem Deckel in der Mikrowelle auf höchster Stufe 6–8 Minuten garen. Das Hähnchen darf innen nicht mehr rosa sein. Hähnchen in kleinere Stücke schneiden und Füllung miteinander vermischen.
- 4. Tortillafladen in der Mikrowelle auf höchster Stufe 30–60 Sekunden erwärmen. Die Füllung auf den vier Fladen verteilen, dann mit Käse bestreuen. Mit Salsa und saurer Sahne servieren.

Superfood Salat

Zubereitung

- Orange in Viertel schneiden. Ein Viertel ist für die Sauce. Restliche Orange schälen, kleinschneiden und in eine Salatschüssel geben. Geputztes Gemüse – Spinat, Blumenkohlröschen, Rotkraut und Paprikaschote – in ein Sieb geben und waschen.
- Anschließend die Zutaten auf das Große Schneidebrett mit Saftrillen geben, kleinschneiden und ebenfalls in die Salatschüssel geben.
- 3. Zutaten des Dressings vermischen und direkt vor dem Servieren zusammen mit den Toppings über den Salat geben.

TIPP: Wer Rotkohl und Blumenkohl nicht roh mag, gart diese kurz in der Mikrowelle wenige Minuten bissfest.



Zutaten

Für 1 Person

1 Orange

30 g Baby-Spinat

125 g Rotkraut

125 g Blumenkohlröschen

½ rote Paprikaschote

Dressing

1 EL milder Weißweinessig

1-2 EL Öl

1 TL Wasser

Salz, Pfeffer

1 EL Honig

1 Messerspitze Zimt

Toppings

50 g Kichererbsen aus dem Glas, abgetropft

2 EL geschälte Pistazien





Zutaten für 4 Personen

150 g Rucola

200 g Hähnchenbrust

1 Avocado

200 g Kirschtomaten

200 g Mozzarella in kleinen Kugeln

2 Zweige Basilikum

Dressing

60 ml milder Balsamico-Essig

1/4 TL Salz, 1 Prise Pfeffer

1/2 TL Zucker oder Honig

1 Knoblauchzehe, falls gewünscht

1 EL Olivenöl

1 TL Senf

60 ml Olivenöl

Hähnchenstreifen auf Avocado-Caprese-Salat

Zubereitung

- 1. **Edelstahl-Antihaft-Pfanne 25 cm** mit etwas Fett zum Braten aufheizen. Hähnchenbrust darin von beiden Seiten anbraten, Deckel schließen und ca. 15–20 Minuten bei geringer Hitze durchgaren.
- 2. Rucola waschen und putzen. Lange Stiele abschneiden. Gut abgetropft in eine große Schüssel geben. Hähnchenbrust in mundgerechte Streifen sowie Kirschtomaten und Mozzarella in Scheiben schneiden. Avocado schälen und entkernen und ebenfalls in Streifen schneiden. Basilikumblätter aufrollen und mit der Schere kleinschneiden.
- 3. Für das Dressing die Zutaten gründlich miteinander vermischen. Rucola mit etwa 50 ml Dressing vermengen und auf 4–6 Teller verteilen. Hähnchenstreifen, Tomaten, Mozzarella, Avocado und Basilikum darauf platzieren und mit etwas Dressing beträufeln.

Vorschau <u>Februar</u>

Kundengeschenke

Freue dich auch im neuen Jahr auf tolle Aktionen! Genießer willkommen!



1.– 29.02.2024 #1650 | Schaber "Classic" im Wert von 13,90 €

Monatsaktionen im Januar



Kundengeschenk 1.- 10. Januar 2024

Kundengeschenk 1.-31. Januar 2024



17,90 € **

#1659 | Kleiner "Mix 'N Scraper"-Schaber im Wert von 17,90 €

ab 95 € Einkaufswert**

Kunden-Aktionen 1.- 31. Januar 2024





^{*} Angebot ist gültig für Kochshows und Einzelbestellungen, die vom 01.01.-31.01.2024 (vor 24 Uhr) gehalten, eingegeben und abgeschickt werden.

^{**} Das Kundengeschenk gilt für Kochshows und Einzelbestellungen, die vom 01.-10.01.2024 bzw, 01.-31.01.2024 gehalten und wie folgt eingegeben und abgeschickt werden: Einzelbestellungen bis 10.01.2024 bzw. 31.01.2024 (vor 24 Uhr), Kochshows bis 10.01.2024 bzw. 15.02.2024 (vor 24 Uhr). Jeder Gast bekommt maximal ein Kundengeschenk. Kundengeschenk können nicht umgetauscht werden. Ab € 150 Gästeumsatz ist die Lieferung versandkostenfrei. Für den Fall, dass ein Kundengeschenk vorzeitig vergriffen ist, behalten wir uns das Recht vor, nur noch lieferbare Kundengeschenke zu liefern. Nur solange der Vorrat reicht. Irrtümer und Änderungen vorbehalten.

pampered chef ENRICHING LIVES

one meal & one memory at a time

The Pampered Chef Deutschland GmbH Am Prime Parc 4, 65479 Raunheim Tel.: 00800-35480976 | E-Mail: info@pamperedchef.de

Pampered Chef Osterreich GmbH Simmeringer Hauptstraße 24, 1110 Wien Tel.: 00800-35480976 | E-Mail: info@pamperedchef.at





Folge uns auf





Pampered Chet, Pampered Chet und Löttel-Design, PC und Löffel-Design sowie Löffel-Design sind Warenzeichen verwendet unter Lizenz. © 2023 Pampered Chef verwendet unter Lizenz.

Wir sind ausgezeichnet!







