



# Leseprobe

TikTok

## Kochen wie auf TikTok

Mit trendigen Rezepten von über 40 FoodTok-Stars

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 20,00 €



---

Seiten: 192

Erscheinungstermin: 31. August 2022

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# Inhalte

- [Buch lesen](#)
- [Mehr zum Autor](#)

## Zum Buch

---

TikTok-Fans aufgepasst: Mit »Kochen wie auf TikTok« habt ihr jetzt auch das Zeug zum FoodTok-Star! 45 internationale Creators teilen hier ihre heißesten und trendigsten Rezepte mit euch: Beerige Cheesecake-Baked-Oats, Salt & Vinegar Pasta-Chips, extra cheesy Grilled-Cheese-Sandwich, Dalgona-Matcha-Latte und mehr – perfekt für alle, die Bock auf die bekanntesten sowie neusten und aufregendsten Foodtrends haben. Vom schnell zubereiteten Snack bis zum High-Key-Dinner plus Dessert ist für jeden Geschmack und Anlass was dabei. Euch erwarten die leckersten Rezeptideen zum sofort Nachkochen – mit QR-Codes, die direkt zum entsprechenden TikTok-Video führen, ist das Ganze auch noch super einfach! Findet clevere Food-Hacks, jede Menge spannenden Küchencontent und werdet mit den Profi-Tipps selbst zum Creator und Teil der #foodtok-Community!

### **Autor**

## **TikTok**

---

Mit mehr als 3 Mrd. weltweiten Downloads und 14,8 Mio. aktiven Nutzer\*innen in Deutschland ist die Videoplattform TikTok eines der beliebtesten sozialen Netzwerke. Nutzer\*innen können hier kurze Videos zu allen möglichen Themen erstellen, mit Musik, Sounds und Filtern bearbeiten und sofort in der Community teilen. Neben »Challenges« und Tanzclips wurden besonders die »foodtoks« schnell zu viralen Phänomenen im Netz: 15 Milliarden Food-Videos von ausgefallenen Koch- und Backkreationen wurden bereits auf TikTok geteilt.

# Inhalt

## Vorwort von Gordon und Tilly Ramsay

@gordonramsayofficial @tillyramsay 8

## Bevor du loslegst 10

## Frühstück wann du willst 19

Chilaquiles rojos  
von @theemoodyfoody 21

Pesto-Ei-Toast  
von @amywilichowski 27

Das ultimative Frühstückssandwich  
von @thekoreanvegan 28

Granatapfel-Poha  
von @rootedinspice 30

Vegane Kokos-Vanille-Smoothie-Bowls  
von @twincoast 33

Pancake-Cereal  
von @myhealthydish 34

Zitronen-Blaubeer-Kekse  
von @jerryguerabide 36

Beerige Cheesecake-Baked-Oats  
von @lahbco 39

Baked Oats mit Schoko-Fudge  
von @tazxbakes 40

Streuselkuchen mit Zimt  
von @zaynab\_issa 42

## Party Starter 45

Veganer Brezelsnack  
von @ballehurns 46

Warmer Krabben-Spinat-Dip  
mit Knoblauchbrot  
von @auntieloren 49

Salt-and-Vinegar-Pastachips  
von @feelgoodfoodie 50

Vegane »Käse«-Tortilla  
von @onegreatvegan 53

Bang-Bang-Shrimps  
von @newt 54

Schweinefleisch-Schnittlauch-Taschen  
von @diana\_mengyan 57

Knusprig-scharfe Fischpakora  
von @usajalandhar 59

## Low-Key Dinner 63

Extrakäsiger gegrillter Käse  
von @shreyacookssss 65

Klassische Tomatensuppe  
von @zaynab\_issa 66

Schnelle Fladenbrotpizza  
mit Spinat und Huhn  
von @beautiful eatsandthings 67

Char Siu Chicken Banh Mi  
von @nishcooks 69

Kkanpoong-Tofu-Tacos  
von @thekoreanvegan 73

Feta-Ramen aus dem Ofen  
von @ramenkingivan 75

Ramen carbonara  
von @cookingwithlynja 77

Gedämpfte Knoblauchgarnelen  
mit Vermicelli  
von @diana\_mengyan 78

Feta-Pasta-Suppe  
von @feelgoodfoodie 82

Butter-Chicken-Pasta  
von @renes.cravings 85

Gebratener Reis mit Garnelen  
von @chefchrisko 87

Gemüsereis für Faule  
von @cookingbomb 88

## High-Key Dinner 91

Ramen-Lasagne  
von @ramenkingivan 93

Chicken 65 Biryani  
von @renes.cravings 94

Chicken Wings mit  
Parmesan-Knoblauch-Sauce  
von @thegoldenbalance 97

