

Rezeptinspiration

## Genuss unter freiem Himmel: Vier Rezeptideen für Frühling und Sommer

Hamburg, Mai 2026 – Wenn die Temperaturen steigen und sich das Leben wieder nach draußen verlagert, wächst die Lust auf unkomplizierte, frische Küche. Ob Picknick im Park oder Lunch auf dem Balkon – diese vier Rezepte bringen Leichtigkeit, Farbe und Genuss auf den Tisch. Von Bowl bis Gebäck: Mit einer Mischung aus süß und herzhaft, klassisch und modern, liefern diese vier Gerichte Inspiration (nicht nur) für alle, die Frühling und Sommer kulinarisch nach draußen verlegen.

### Knusprig & aromatisch: Carrot Cake Granola

Ein Frühstück mit Dessert-Charakter – oder der perfekte Snack für unterwegs. Das Carrot Cake Granola greift die beliebten Aromen des Karottenkuchens auf und übersetzt sie in eine knusprige, vielseitige Variante. Ideal zu Joghurt, Skyr oder pflanzlichen Alternativen und damit ein unkomplizierter Begleiter für Picknickdecken und sonnige Morgen auf dem Balkon.

Zum Rezept geht es hier: [Carrot Cake Granola](#)



Knuspriges Granola mit feinen Carrot-Cake-Aromen – ideal für ein sonniges Frühstück auf dem Balkon oder als süßer Snack für unterwegs.

## Bunt & ausgewogen: Frühlings-Bowl

Frische Farben und saisonale Zutaten vereinen sich in der Frühlings-Bowl zu einer ausgewogenen Kombination aus knackigen und aromatischen Komponenten. Fein abgestimmter Rhabarber setzt dabei einen frischen, leicht säuerlichen Akzent und bringt eine besondere Frühlingsnote ins Gericht. Die Bowl steht für bewussten Genuss, der leicht und dennoch sättigend ist. Sie eignet sich hervorragend zur Vorbereitung, lässt sich flexibel an individuelle Vorlieben anpassen und ist ideal für eine leichte, herzhafte Mahlzeit zur Mittagszeit.

Zum Nachmachen geht es hier entlang: [Frühlings-Bowl](#)



Bunt, frisch und ausgewogen: Diese Frühlings-Bowl bringt saisonale Zutaten und leichte Küche auf die Picknickdecke.

## Herzhaft & saisonal: Spargel-Bruschetta

In der Frühlingszeit hat Spargel Hochsaison. Auf knusprigem Brot serviert, wird er zum unkomplizierten Fingerfood für draußen. Spargel-Bruschetta verbindet saisonalen Genuss mit mediterraner Leichtigkeit – perfekt als Snack, Vorspeise oder Teil eines sommerlichen Menüs.

Die Rezeptidee zum Nachlesen gibt es hier: [Spargel-Bruschetta](#)



Ein italienischer Klassiker neu serviert: Spargel-Bruschetta auf knusprigem Brot.

## Süß & pflanzenbasiert: Vegane Zimtschnecken

Kein Picknick ohne etwas Süßes: Diese veganen Zimtschnecken überzeugen mit ihrem klassischen Zimt-Aroma und einer saftigen Textur – und kommen ganz ohne tierische Zutaten aus. Als süßer Snack lassen sie sich gut mitnehmen und teilen, perfekt für Genussmomente unterwegs.

Die vollständige Rezeptidee wartet hier: [Vegane Zimtschnecken](#)



Saftig, aromatisch und rein pflanzlich: Vegane Zimtschnecken sind der süße Höhepunkt für entspannte Nachmittage im Grünen.

[Noch mehr Rezeptinspiration gibt es auf edeka.de](#)



## **EDEKA – Deutschlands erfolgreichste Unternehmer-Initiative**

Das Profil des mittelständisch und genossenschaftlich geprägten EDEKA-Verbunds basiert auf dem erfolgreichen Zusammenspiel dreier Stufen: Bundesweit verleihen rund 3.200 selbstständige Kaufleute EDEKA ein Gesicht. Sie übernehmen auf Einzelhandelsebene die Rolle des Nahversorgers, der für Lebensmittelqualität und Genuss steht. Unterstützt werden sie von sieben regionalen Großhandelsbetrieben, die täglich frische Ware in die EDEKA-Märkte liefern und darüber hinaus von Vertriebs- bis zu Expansionsthemen an ihrer Seite stehen. Die Koordination der EDEKA-Strategie erfolgt in der Hamburger EDEKA-Zentrale. Sie steuert das nationale Warengeschäft ebenso wie die erfolgreiche Kampagne „Wir lieben Lebensmittel“ und gibt vielfältige Impulse zur Realisierung verbundübergreifender Ziele. Mit dem Tochterunternehmen Netto Marken-Discount setzt sie darüber hinaus erfolgreiche Akzente im Discountgeschäft. Fachhandelsformate wie trinkgut, NATURKIND oder budni, die Kooperation mit dem App-basierten Lieferdienst Picnic und das Großverbrauchergeschäft mit dem EDEKA Foodservice runden das breite Leistungsspektrum des Unternehmensverbunds ab. EDEKA erzielte 2025 mit rund 10.900 Märkten und rund 417.500 Mitarbeitenden einen Umsatz von 77,3 Mrd. Euro. Mit rund 20.900 Auszubildenden ist EDEKA einer der führenden Ausbilder in Deutschland.

**EDEKA ZENTRALE Stiftung & Co. KG**  
Unternehmenskommunikation

New-York-Ring 6  
22297 Hamburg

Telefon: +49 40 6377-2182  
Fax: +49 40 6377-2971

E-Mail: [produkt-pr@edeka.de](mailto:produkt-pr@edeka.de)  
[verbund.edeka.de](https://www.verbund.edeka.de)

