

Mein Weihnachts-Bowl-Bufferplan



Auswählen, vorbereiten und entspannt servieren



Die vollständigen Rezepte findest du im Blogartikel über den QR-Code auf dieser Seite. Hier stellst du daraus 1 eigenes Buffet zusammen und planst Einkauf, Vorbereitung und Servieren.

Mein Fest auf einen Blick

Datum: _____

Geplante Essenszeit: _____

Erwachsene: _____

Kinder: _____

Weitere Speisen neben den Bowls: _____

Ort oder geplante Buffetfläche: _____

Was muss ich berücksichtigen?

☐ vegetarische Gäste

☐ Kinder essen mit

☐ weitere Ernährungswünsche

Bekannte Unverträglichkeiten oder Zutaten, die ich klären muss: _____

Sonstige Wünsche: _____

So soll mein Buffet wirken

☐ klassisch und festlich

☐ bunt und abwechslungsreich

☐ leicht und frisch

☐ unkompliziert und familienfreundlich

☐ gut vorzubereiten

Mein wichtigstes Ziel für die Vorbereitung: _____

Das darf nicht fehlen: _____

Das möchte ich vermeiden: _____



Welche Bowls möchte ich anbieten?



Wähle nur die Varianten, die zu deinen Gästen und deinem übrigen Essen passen



Du musst nicht alle 4 Varianten anbieten. Häufig ist eine Hauptvariante plus 1 gut erkennbare Alternative entspannter als ein sehr großes Buffet.

Klassische Weihnachts-Bowl

HERZHAFT

- | | |
|----------------------------------|---|
| ☐ Pute | ☐ Kartoffeln |
| ☐ Rotkohl | ☐ Preiselbeer-Balsamico-Soße |
| ☐ _____ | ☐ _____ |

Geplante Portionen: _____

Meine Anpassung: _____

Vegetarische Weihnachts-Bowl

VEGETARISCH

- | | |
|----------------------------------|---|
| ☐ Kürbis | ☐ Rosenkohl |
| ☐ Quinoa | ☐ Pilze |
| ☐ Feta | ☐ Granatapfel |
| ☐ Mandeln | ☐ Joghurt-Tahin-Soße |

Geplante Portionen: _____

Meine Anpassung: _____

Festliche Lachs-Bowl

HERZHAFT

- | | |
|--|--------------------------------------|
| ☐ Lachs | ☐ Wildreis |
| ☐ Rote Bete | ☐ Spinat |
| ☐ Gurke | ☐ Granatapfel |
| ☐ Meerrettich-Joghurt | ☐ _____ |

Geplante Portionen: _____

Meine Anpassung: _____

Süße Weihnachts-Bowl

DESSERT

- | | |
|---|----------------------------------|
| ☐ Zimtquark | ☐ Orange |
| ☐ Kaki | ☐ Mandeln |
| ☐ Spekulatius-Crunch | ☐ _____ |

Geplante Portionen: _____

Meine Anpassung: _____

Meine endgültige Auswahl

Meine Hauptvariante: _____

Meine Alternative: _____

Mein Dessert: _____

Insgesamt geplante Portionen: _____

Mein gemeinsamer Bowl-Baukasten



Plane die Bestandteile gemeinsam und vermeide unnötige doppelte Vorbereitung

SÄTTIGENDE BASIS

z. B. Kartoffeln, Quinoa oder Wildreis

WARME HAUPTKOMPONENTE

z. B. Pute, Lachs, Kürbis, Rosenkohl oder Pilze

GEMÜSE UND FRISCHES

z. B. Rotkohl, Rote Bete, Spinat, Gurke oder Obst

KNUSPRIGE TOPPINGS

z. B. Mandeln, Kerne, Feta oder Spekulatius-Crunch

SOSSEN UND DRESSINGS

z. B. Preiselbeer-Balsamico, Joghurt-Tahin oder Meerrettich-Joghurt

DESSERTKOMPONENTEN

z. B. Zimtquark, Orange, Kaki, Mandeln oder Spekulatius-Crunch

Was vereinfacht mein Buffet?

Das kann ich für mehrere Bowls verwenden: _____

Das muss getrennt angeboten werden: _____

Das ergänze ich erst kurz vor dem Servieren: _____

Meine gemeinsame Einkaufsliste



Erst vorhandene Vorräte prüfen, danach fehlende Zutaten ergänzen



Trage für jede Zutat deine benötigte Menge ein. Hake anschließend ab, was bereits vorhanden ist.

GEMÜSE UND OBST	MENGE	DA
		☐
		☐
		☐
		☐

FLEISCH, FISCH UND ALTERNATIVEN	MENGE	DA
		☐
		☐
		☐
		☐

GRUNDLAGEN UND KÜHLPRODUKTE	MENGE	DA
		☐
		☐
		☐
		☐

TOPPINGS, NÜSSE UND GEWÜRZE	MENGE	DA
		☐
		☐
		☐
		☐

SOSSEN UND DRESSINGS	MENGE	DA
		☐
		☐
		☐
		☐

SONSTIGES UND GETRÄNKE	MENGE	DA
		☐
		☐
		☐
		☐

Mein Vorbereitungsplan



Verteile Aufgaben so, dass kurz vor dem Essen nur noch wenige Schritte offen sind

2 TAGE VORHER

Einkauf, Geräte, Schüsseln und Vorräte

AM VORTAG

gut lagerbare Bestandteile vorbereiten

AM FESTTAG

garen, portionieren und Nachfüllungen planen

KURZ VOR DEM SERVIEREN

erwärmen, frisch ergänzen und beschriften

Damit nichts gleichzeitig passieren muss

Das muss gekühlt bleiben: _____

Das erwärme oder halte ich warm: _____

Das darf erst später vermischt werden: _____

Diese Aufgabe kann jemand übernehmen: _____

Mein Buffet-Aufbau und letzter Check



Ordne alles so an, dass Gäste wählen können und du entspannt nachfüllen kannst

Vor dem Servieren prüfen

- | | |
|---|---|
| ☐ Warme und kalte Bestandteile sinnvoll getrennt | ☐ Vegetarische Variante eindeutig erkennbar |
| ☐ Bekannte Unverträglichkeiten mit den Gästen geklärt | ☐ Für jede Schüssel eigenes Servierbesteck vorgesehen |
| ☐ Empfindliche Zutaten erst kurz vorher bereitgestellt | ☐ Nachfüllportionen passend gekühlt oder warm gehalten |

Meine Verteilungsskizze

Hier Schüsseln, Teller, Besteck und Beschriftungen eintragen

--	--	--

Mein letzter Check

Das stelle ich erst kurz vor dem Essen bereit: _____

Das halte ich zunächst als Nachfüllportion zurück: _____

Dafür brauche ich noch eine Beschriftung: _____

Mein letzter Vorbereitungsschritt: _____