



Jahres-Rezeptregister 2020

Die Rezeptregister von 1995 bis 2019
finden Sie auch im Internet unter kochen-und-genieessen.de – zum Downloaden und Ausdrucken



VORSPEISEN & SNACKS 2

HAUPTGERICHTE

Fleisch	2-3
Geflügel & Wild	3
Fisch & Meeresfrüchte	3
Gemüse	3-4
Eierspeisen	4

DESSERTS & SÜSSPEISEN 4

SUPPEN & EINTÖPFE 5

AUFLÄUFE & GRATINS 5

OFENGERICHTE 5

KARTOFFELGERICHTE 6

NUDEL-, REIS- & GETREIDGERICHTE 6

SALATE 6

SOSSEN, DIPS & AUFSTRICHE 6-7

SCHNELL & PFIFFIG 7

INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN 7

EINMACHEN & EINLEGEN 7-8

GESUNDE KÜCHE

Vollwertgerichte & Ohne Fleisch	8
Kalorienarm	8

FÜR GÄSTE & FESTE 8-9

GETRÄNKE 9

BACKEN

Herzhaft	9
Süß	9-10

EXTRA

Plätzchen	10
-----------	----

VORSPEISEN & SNACKS

Heft/Seite

A hrenbrot „Reiche Ernte“	10	34
Asia-Cocktail mit Garnelen	12	38
Avocado-Brote mit Rote-Bete-Aufstrich	10	19
Avocado-Tatar mit Rote-Bete-Topping	11	28
B acon-Zigarren, krosse	2	41
Barbecue-Bällchen zum Aufspießen	7	29
Bärlauch-Chips	4	43
Blätterteigsternchen, knusprige	12	12
C aprese alla Bruschetta	6	46
Caprese-Flammkuchen	6	46
Carpaccio, Rinder-, feines mit Parmesan	8	41
Cheeseburger-Muffins	7	7
F ish & Chips-Sandwich	10	30
Frittata mit umwickelten Garnelen	3	26
G emüse-Sticks mit Basilikum-Joghurt	7	32

Grießklößchen in Petersilienbrühe	10	26
Gurken-Avocado-Suppe, kühle	8	24
H ähnchensandwich, flinkes	11	31
K äseplatte für Genießer	9	37
Käseplatte „Sennerglück“	2	31
Knoblauchknoten mit Basilikum-Parmesan-Dip	6	38
Knofeliges Bommelbrot	4	46
Knusper-Müsli, weihnachtliches	12	50
Kopfsalatsuppe mit Möhren-Crostini	7	24
Köttbullar auf Dillgurken	2	22
Kräutersaitlinge zu Parmesan-Crackern	9	26
L achs-Pastetchen „Sternenzauber“	12	16
M andel-Cracker mit Saaten, Parmesan und tomatiger Guacamole	10	42
Mango-Möhren-Suppe mit Mozzarella	5	24
Maronensuppe mit Haselnüssen	12	16
Müsli-Riegel „Volle Power“	8	44
N üsse, Knabber-	12	21
P ecorino-Speck-Pralinen, pikante kleine	2	41
Pinchos, dreierlei	11	41
Q uitten-Chips, knusprige	10	55
S chnitzel-Stullen für den Gepäckträger	7	31
Skistöcke zum Anbeißen	2	32
Spargel-Carpaccio, lauwarms	4	24
Spargelcremesuppe mit Hackbällchen	6	24
Speck-Körbchen, knusprige	2	41
V itello-tonnato-Schiffchen	3	35
Vollkorn-Chicken-Burger	8	45

HAUPTGERICHTE



Glasierter Kotelettbraten mit Röstgemüse
Heft 10 Seite 37

F leisch		
Bacon-Kuchen, saftiger	2	40
Bandnudeln in Zitronenrahm-Geschnetzeltem	6	17

Boeuf bourguignon mit Herzoginkartoffeln	1	14
Braten, „Herzlich willkommen“-	2	7
Braten, Orangen-Curry-, im Süßkartoffel-Möhren-Beet	3	26
Braten, Virginia-, glasierter, gefüllt mit Ananas und Käse, dazu Kartoffelsalat mit Sour-Cream-Dressing	4	3
Bratwurstschnecken mit Gremolata	6	33
Buletten-Quartett de luxe	7	11
Burger, Matterhorn-	2	31
Burger mit crispy Krautsalat, glasierter	11	53
F amilienburger, XXL-	3	9
Filetgulasch, zartes, mit Frühlingszwiebeln und Tomaten	5	13
Filettürmchen à la Cordon bleu mit Püree	2	15
Fleisch, würziges, mit Guinness-Soße	3	50
Fleischbällchen, Familienpizza mit Fleischsoße, Penne mit, Florentiner Art	2	15
Fleischspieße mit georgischer Pflaumensoße	9	41
Frikadellen, mediterrane, vom heißen Rost	6	35
Frikadellen mit Tomaten und Zwiebeln	9	29
G yros-Schnitzel-Auflauf de luxe	9	18
H ackbällchen in feuriger Tomatensoße zu Spaghetti	9	16
Hackbällchen, Turbo-, in Tomaten-Möhren-Sugo	4	27
Hackbällchen zu Schmorgurken in Speckrahm	7	8
Hack-Gemüseröschen-Auflauf	5	18
Hackklöße, würzige, auf Kartoffelpüree	1	18
Hack-Pfannkuchen, gefüllte	3	20
Hackröllchen, Schwarzwälder	2	6
Hackröllchen zu Möhren-Kartoffel-Stampf	5	27
Hirtenhacksteak Bifteki mit Tomatendip und knackigem Brotsalat	5	53
J ägerschnitzel mit Petersilien-Spätzle	7	17
K alb-Ragout, zartes, mit Butterreis	4	24
Kalbschaxe, in Rotwein geschmorte	10	10
Kalbsröllchen mit gebratenem Spargel und Backkartoffeln	6	24
Kasseler-Bolognese zu Spaghetti	9	20
Kasseler-Kraut-Auflauf, rustikaler	1	13
Kasselersteak auf Rahmporree nach Düsseldorfer Art	6	27
Kotelett und Pesto mit Kartoffel-Risotto	4	45
Kotelettbraten, glasierter, mit Gemüsesegen aus dem Garten	10	37
Koteletts, Pfeffer-, auf geschmortem Salat	11	31
L ammfilet, zartes, zu Melonen-Feta-Salat	7	36
Lammkeule, Rosmarin-, zarte	4	11
Lamm-Linsen-Curry, mildes	8	14
M edaillons unter goldener Kartoffelhaube	9	7
N ackensteaks Winzer-Art	3	29
O fenkoteletts unter der Haube	6	47
P feffersteaks mit Kartoffelstäbchen	3	19

	Heft/Seite		Heft/Seite
R inderfilet mit Gorgonzola-Butter zu feinen Kohlblättchen	1	7	
Rinderfiletstreifen mit Gemüsenudeln	10	42	
Rindermedaillons mit Bacon-Tomate-Kruste	12	11	
Rippe, hohe, mit Kaffee-Rub	6	34	
Roastbeef, geschmortes, alla milanese	4	12	
S chaschlik auf feurigem Reis	2	8	
Schnitzel, gefüllte, auf grünem Salat	12	21	
Schnitzel, gefüllte, auf Spitzkohlpfanne	4	17	
Schnitzel, gefüllte Feierabend-, auf Kokos-Kartoffel-Püree	6	18	
Schnitzel, Texmex-, mit Paprika-Bohnen-Chili	5	15	
Schnitzelbraten Florentiner Art	9	15	
Schnitzelchen „Federleicht“ mit Rucola-Pesto	9	45	
Schweinefilet, gekräutertes, auf Kartoffelstroh mit Ofenratatouille	8	24	
Schweinefilet, gepfeffertes, mit Rotkohl-Slaw	1	37	
Schweinefilet in cremiger Erbsensoße	12	30	
Schweinefilet, mediterranes, mit grünem Spargel, Tomaten-Salsa und goldbraunen Salbei-Gnocchi	3	37	
Schweinekoteletts nach asiatischer Art	9	29	
Schweinemedallions auf Steckrüben Gemüse	11	47	
Schweineröllchen mit cremigem Pastasotto	4	7	
Schweinerücken in Zwiebelfarce und Blätterteig	4	14	
Schweinerücken mit Porreefüllung	9	37	
Schweinerücken, pochierter, mit Honig-Kartoffel-Topf	6	14	
Schweinesteaks mit Westmorelandsoße und Schupfnudeln	2	35	
Schweinschaxe, Ossobuco von der	10	7	
Steak, Lady-, mit Café-de-Paris-Soße	5	24	
Steak, Zwiebel-, zu Pellkartoffeln und Paprikaquark	7	35	
Steakgyros „Zackig mit Tsatsiki“	4	27	
W ürzchnitzel, XL-, auf Rucola mit Paprikasalsa	8	18	
Geflügel & Wild			
B ackhendl vom Stubenküken auf Caesar Salat	9	55	
E ntenkeule, geschmorte, auf Grünkohl	1	17	
F esttagspute mit Apfel-Zwiebelbrot-Füllung	12	8	
G eschnetzeltes, Express-, mit Möhren und Champignons	8	27	
Gockel, das Beste vom Bauern-	4	34	
H ähnchen, Balsamico-, mit Gnocchi	3	7	
Hähnchen, Estragon-, auf Ofengemüse	6	7	
Hähnchen, geschmortes, mit Polenta	4	52	
Hähnchen mit Marsala-Pilzragout auf Orangen-Polenta	11	28	
Hähnchen nach ligurischer Art	2	51	
Hähnchen, Ofen-, auf Kartoffel und Oliven	7	40	
Hähnchen und Zucchini-Happen mit Tortilla-Aszendente	12	37	
Hähnchen, Zatar-, marokkanisches mit Cashew-Reis	11	8	
Hähnchen-Bruschetta, gratinierte	2	35	



*Glasiertes Orangenhähnchen auf Ofentomaten
Heft 8 Seite 8*

Hähnchen-Curry, rotes, mit Mango	8	13	
Hähnchenfilet, gedünstetes, auf Kokosgemüse	3	45	
Hähnchenfilet, Winterauflauf mit Hähnchenkeulen, Honig-, auf Ofengemüse	12	22	
Hähnchenkeulen mit Honig-Zitrus-Glasur	5	17	
Hähnchen-Reis-Pfanne, fruchtige	10	9	
Hähnchen-Rouladen im Speckmantel	1	39	
Hähnchenspieße vom Grill mit Tomaten-Salsa	6	8	
Hähnchen-Sumach vom Blech mit Porree-Risotto	7	24	
Hühnchen „Kiew“	9	26	
M aishähnchenfilets, gefüllte, auf Orangen-Möhren und Kartoffel-Erbsen-Stampf	5	44	
N uggets, Knusper-, zu Nudelsalat in Rucola-Dressing	1	24	
O fenhähnchen, sizilianisches	6	7	
Orangenhähnchen, glasiertes, auf Ofentomaten	4	18	
P aprikakeulen mit Panzanella	9	15	
Pute, Oktoberfest-, mit Schmorgemüse	10	11	
Putengulasch à la Coq au Vin	10	26	
Putenoberkeule, gekräuterte, mit buntem Knoblauchgemüse	3	41	
Putenröllchen „Hoch lebe die Saison“	3	55	
Puten-Schaschlik vom Blech	8	17	
Putenschnitzel mit Hollandaise	9	21	
R ehkeule auf Rosmarin-Knoblauch-Bett mit Waldpilzsoße	10	8	
S pinat-Hähnchen mit warmem Reissalat	11	20	
Fisch & Meeresfrüchte			
F ischrikadellen auf lauwarmem Pastinakensalat	9	45	
Fischpäckchen „Urlaubsraum“	7	19	
Fischpfanne, bunte, „Störtebeker“	12	22	
Fischragout mit Brokkoli und Möhren	2	35	

	Heft/Seite		Heft/Seite
F reitagsfisch auf Kartoffelpfanne	3	21	
G arnelen, Kokos-, auf Nasi Goreng	6	53	
Garnelen, paradiesischer Tomatensalat mit Garnelen, scharfe, zu duftendem Vanille-Spargel	8	10	
Garnelen-Couscous-Pfanne	5	9	
8	28		
K abeljau mit Bulgur und Kardamom-Möhren	1	36	
Knuspergarnelen zu feiner Thai-Suppe	3	46	
Krabben und Zucchini auf Röstbrot	9	29	
Krebsfleisch mit Schmorgurken-Curry	8	13	
L achs, Cajun-, nach Südstaaten-Art	11	10	
Lachs, Curry-, mit Kurkuma-Reis und gebratenem Römersalat	10	21	
Lachs, Dill-, auf Blitz-Spaghetti	4	8	
Lachs-Blumenkohl-Wähe, herzhaft	7	14	
Lachskuchen, norwegischer	7	54	
Lachs-Lauch-Quiche	4	27	
Lachs-Porree-Ragout mit Filoröschen	1	15	
Lachs-Steinpilz-Kuchen	9	52	
Lachsstreifen, gebackene, mit Sauce tartare	11	22	
M aischolle, Finkenwerder	5	19	
Matjessalat mit Bratkartoffeln	6	19	
Matjes-Wraps	4	40	
Muscheltopf „Sansibar“	1	45	
P annfisch mit krossen Speck-Kartoffeln und Gurkensalat	1	53	
R äucherlachs-Terrine mit Spargel	5	33	
S aiblingsfilets, gebackene, mit feinem Brokkoli	12	26	
Seelachs, gebackener, in Dillrahm	7	53	
Seelachs, gratinierter, in Dill-Käse-Béchamel	4	40	
Seelachs zu Pfannengemüse	11	32	
Seelachsfilet, krosses, mit Senfsoße und Buttergemüse	4	19	
Seelachsfilet mit Senfkruste	9	20	
Seelachsfilets im würzig-warmen Bacon-Kleid	11	17	
Seemanns-Schmaus mit Rösti	5	49	
Skrei, Honig-Senf-, mit Kartoffel-Käse-Püree und Rosenkohl	2	22	
Stremellachs, cremige Kartoffelsuppe mit	8	19	
Stremellachs, Honig-, und Spitzkohl-Bowl mit gebratenen Pilzen	2	12	
Z ander, gebratener, auf scharfem Bohnen-Püree	11	54	
Zanderfilet mit Rote-Bete-Risotto	10	16	
Zander, gedünsteter, auf Bouillongemüse	4	39	
Gemüse			
A rtischocken, gekochte, mit drei Dips	7	45	
Auberginen, geschmorte, in Tomatensoße	7	15	
B ohnen, grüne, geröstete	12	12	
Bohnen-Kartoffel-Topf mit pochierter Schweinerücken	6	14	
C hampignon-Galette mit Ziegenfrischkäse	10	20	
Chili-Mais, gegrillter	8	34	

	Heft/Seite	Heft/Seite
Flädle-Terrine „Tafelspitz“	5	47
Gemüsegulasch mit Thymian-Haselnuß-Creme	3	14
Gemüsepfanne, herbstliche	10	16
Grünkohl-Linsen-Salat, lauwarmer, mit Kartoffeldressing und Chorizo	2	13
Gurken-Kaltschale	7	54
Knoblauchgemüse, buntes, mit gekräuterter Putenoberkeule	3	41
Kohlblättchen, feine, zu Rinderfilet mit Gorgonzola-Butter	1	7
Kohlrabi-Topf, Ruck-zuck-	6	28
Kokosgemüse, gedünstetes Hähnchenfilet-	3	45
Ofenspargel mit Sesam-Zitronen-Soße	5	7
Ofenwurzeln mit Limetten-Vinaigrette	2	11
Petersilien-Gemüse Eintopf	3	57
Quiche, Kräuter-, mit Spargel	6	13
Ratatouille-Auflauf, provenzalischer	7	39
Rosenkohl-Tarte-Tatin, karamellierte	1	9
Rosenkohl-Variationen	1	10
Rotkohl, Zimt-, mit Granatapfel	12	9
Schwarzwurzelwickel im Cordon-bleu-Jäckchen	11	18
Spargel, gratinierter, mit Gemüseragout	6	18
Spargel, Vanille-, duftender, zu scharfen Garnelen	5	9
Spargel-Carpaccio, lauwarmer	4	24
Spargel-Crespelle, gratinierte, in feiner Parmesansoße	5	9
Spargel-Waffeln mit Orangen-Hollandaise	5	8
Spitzkohl-Bowl mit gebratenen Pilzen und Honig-Stremellachs	2	12
Spitzpaprika auf mariniertem Feta	8	33
Waldpilzpfanne, feine	9	53
Wirsing-Mantel, Herbstroulade im	11	17
Zucchini-Gröstl, sommerliches, mit Ei	7	36
Zucchini-Schnitzel, knusprige, zu Endiviensalat	10	20



Lila-grüner Wintersalat mit Meerrettich-Vinaigrette
Heft 1 Seite 8

Eierspeisen

Eier, wachsweiße, nach Königsberger Art	8	27
Eierkörnchen mit Überraschung	4	33
Omelett, Knöpfle-, „Schwaben-Express“	11	32
Omelett mit Roggenbrötchen und Apfelkompott	3	55
Omelett mit Rote-Bete-Eintopf	9	46
Pfannkuchen, Apfel- Pfannkuchen, herzhaft, mit Bacon, Cheddar und Pilzen	2	9
Pfannkuchen, mit Hack gefüllte	9	19
Pochierte Eier mit Kartoffelpuffer-Waffeln	3	20
Pochierte Eier mit Kraftbrot	9	9
	3	29
Rührei-Schlemmerschnitte	5	28
Schneller Ritter „Cordon bleu“	6	27
Spiegelei-Sonne auf Linsenpüree	10	19
Spiegelei-Spinat-Pfanne, würzige, grüne Shakshuka	6	14

DESSERTS & SÜSSPEISEN

Amaretto-Zwetschgen-Crumble	9	22
Ananas-Nicecream, vegane	11	24
Äpfel im Schlafrock	11	19
Apfel-Brombeer-Crumble mit Mango-Blitzeis	10	38
Apfel-Pfannkuchen	2	9
Aprikosenaufbau mit Crème double	9	22
Beeren-Baiser-Eisbombe	3	39
Beerige Schichtspeise	5	37
Birne, Ofen-, mit Pistazien-Crumble	10	27
Blätterteig und Kirschen – „Süßes Dankeschön“	5	25
Cheesecakes, Mini-, mit Blaubeersoße	1	33
Cranberry-Kokos-Tannenbäumchen	12	51
Crêpe-Säckchen, TuttiFrutti-	10	22
Erdbeer-Curd	6	62
Erdbeer-Joghurt-Creme, superschlanke	6	20
Erdnussbutter und Schokosoße, Eis mit	8	63
Espresso-creme alla Cappuccino	11	29
Espresso-Karamell-Pudding mit Eierlikörsahne	8	20
Fruchtsorbet „Sonnengruß“	3	27
Grenadine-Honigkuchen-Traum, beschwipster	12	17
Grießbrei, Kokos-, zu Honig-Grapefruit	10	22
Grießknödel mit Pflaumenkompott	11	21
Haselnuß-Joghurt-Tartelettes	5	20
Heidelbeereis, fixes, auf Prosecco-Zabaione	7	25
Himbeer-Joghurt-Eis mit Pistazien	7	20
Hirse-Schmaus mit Apfel-Zimt-Kompott	9	47
Kaki, gratinierte, mit Limettencreme	2	18
Kiba-Becher, schneller	2	18
Kirschen und Cookies, Eis mit	8	63
Kirschen, versunkene, aus dem Ofen	7	20
Knusper-Müsli, weihnachtliches	12	50



Hawaiianischer Pudding „Aloha“
Heft 3 Seite 46

Kokoshäschen auf Erdbeer-Rhabarber-Kompott	4	25
Kokos-Schoko-Barren, saftige	3	47
Lebkuchen-Tiramisu, galaktisches	12	40
Limetten-Ricotta-Creme mit marinierten Erdbeeren	5	20
Melonen-Pizza, süße	8	25
Milchreisauflauf mit Fruchttopf-pourri	9	43
Milchreisknödel, gefüllte	8	17
Milchreis-Vanille und Zwetschgenröster	1	49
Obstsalat, exotischer, mit beschwipster Vanillesoße	1	25
Orangen-Carpaccio „Marrakesch“	1	20
Passionsfruchtmousse mit Zitrusfrüchten	12	17
Pfirsich-Baiser-Quark	6	20
Pfirsich-Melba-Grießschaum	8	20
Polentaschnitten mit Obstsalat	10	19
Pudding „Aloha“, hawaiianischer	3	46
Reineclauden-Granita, erfrischende	9	42
Rhabarber-Schichtspeise	3	22
Rhabarber-Vanillecreme, beschwipste	4	20
Sanddorn-Quarkcreme mit hauchdünnen Schokoblättchen	9	27
Schmandwaffeln, Mini-, mit Moltebeeren	2	23
Schoko-Brot, Zebra-Becher mit	10	22
Schoko-Gugel mit Vanillefüllung	11	24
Schoko-Kaffee-Pudding	3	22
Schoko-Karamell-Flammeri	9	22
Schokoladenmousse, weiße, mit Kirschoße	1	20
Schoko-Nuss-„Salami“	12	49
Schokosplitter, feine	11	57
Schupfnudeln, süße, auf Heidelbeerkompott	1	39
Tiramisu, Balsamico-Erdbeer-	6	25
TuttiFrutti vom Grill	8	36
Zitronenkekse, mürbe	7	41
Zitronensoufflé, luftig-leichtes	4	20
Zitrusfruchtsalat mit Joghurt-Sahne	11	24

SUPPEN & EINTÖPFE

	Heft/Seite	Heft/Seite
Bauernsuppe, französische	7	18
Bergsteigersuppe	2	28
Brokkolisuppe, blitzschnelle	4	28
Cremesuppe „Aus Wald & Feld“	4	43
Cremesuppe, duftende, mit Petersilienöl,	10	55
Erbsen-Eisbein-Eintopf, deftiger	10	7
Erbsensuppe mit gebratenem Speck	2	39
Filetgulasch, zartes, mit	5	13
Frühlingszwiebeln und Tomaten	12	36
Fonduesuppe, kosmisch leckere		
Frikassee, italienisches	6	9
Gemüse Eintopf, Petersilien-	3	57
Gemüsegulasch mit Thymian-		
Haselnuss-Creme	3	14
Grießklößchen in Petersilienbrühe	10	26
Gulasch „Herbstglück“, wärmendes	10	56
Gulasch, Weißbier-, mit		
Zwiebel-Semmelknödeln	3	12
Gulaschtopf, Wacholder-, mit		
gebratenen Pimientos	11	7
Gurken-Avocado-Suppe, kühle	8	24
Gurken-Kaltschale	7	54
Hähnchencurry, indisches, mit Naan	2	16
Hähnchencurry, rotes, mit Mango	8	13
Hirten-Gulasch, ungarisches	3	11
Hochzeitsuppe, Vierländer	4	32
Kartoffelcreme auf badische Art	9	11
mit Apfelküchle		
Kartoffelsuppe, cremige, mit Stremellachs	8	19
Kartoffelsuppe, spanische	11	41
Kichererbsen-Chili mit Paprika	10	29
Kopfsalatssuppe mit Möhren-Crostini	7	24
Lamm-Linsen-Curry, mildes	8	14
Lauchzwiebelsuppe	5	27
Linsencremesuppe	1	24
Linseneintopf mit Rostbratwürstchen	1	18
Mango-Möhren-Suppe mit Mozzarella	5	24
Maronensuppe mit Haselnüssen	12	16
Mexiko-Suppe mit Tortillastreifen	4	18
Mitternachtssuppe mit Kräuterpflanz	1	31
Nudel-Bohnen-Suppe „Rodeo“	2	35
Nudelsuppe, feurige	11	21
Paprika-Gnocchi-Eintopf	9	29
Pestosuppe, Ratzfatz-, mit Blitzklößchen	3	7
Puten-Frikassee	5	34
Putengulasch à la Coq au Vin	10	26
Rosenkohl-Eintopf,	12	29
orientalisch gewürzter		
Röstpaprikasuppe, samtige	10	35
Rote-Bete-Eintopf mit Omelett	9	46
Rote-Bete-Suppe mit		
„Muntermacher-Topping“	11	49
Saftgulasch, Winzer, zu Bandnudeln	8	40
Salsiccia-Topf mit Riesenbohnen	9	17
Sauerkraut-Gulasch-Topf		
mit Chili-Gnocchi	12	20
Schmorgurken-Curry mit Krebsfleisch	8	13
Sommerpflaumen-Chutney	8	14

Spargelcremesuppe mit Hackbällchen	6	24
Spinat-macchiato-Süppchen	3	35
Suppenparty: deftiger Küchenzauber-Topf	11	37
Tomaten-Erdbeer-Suppe	7	35
mit Brotknusperchen		
Vindaloo vom Schwein, indisches	8	15
Winzersuppe mit Walnuss-Crunch	9	34
Würstchentopf, scharfer	11	31
Wurstgulasch, zweierlei	3	13

AUFLÄUFE & GRATINS



Griechischer Bauernauflauf mit Käse-Crisp
Heft 1 Seite 13

Brokkoli-Nudel-Auflauf	9	30
Brokkoli-Nudel-Gratin „Ei im Nest“	1	17
Gemüseröschen-Hack-Auflauf	5	18
Gnocchi-Gratin, Emmentaler-	3	29
Gnocchi-Tomaten-Auflauf	10	30
Gyros-Schnitzel-Auflauf de luxe	9	18
Käse-Crisp, griechischer	1	13
Bauernauflauf mit		
Käse-Gnocchi-Auflauf	5	27
Kasseler-Kraut-Auflauf, rustikaler	1	13
Ratatouille-Auflauf, provenzalischer	7	39
Risi-Bisi-Auflauf	1	49
Rösti „Napoli“, überbackene	12	29
Spargel, gratinierter, mit Gemüse Ragout	6	18
Spargel-Crespelle, gratinierte,		
in feiner Parmesan-Soße	5	9
Spätzle-Speck-Gratin	10	18
Spinat-Ravioli-Auflauf	3	20
Tortelloni, überbackene, mit Chorizo	8	27
Winterauflauf mit Hähnchenfilet	12	22

OFENGERICHTE

	Heft/Seite	Heft/Seite
Äpfel, geschmorte, mit zweierlei	11	21
Wurst aus dem Ofen	7	15
Auberginen, geschmorte, in Tomatensoße	7	15
Blätterteig-Schnecken, fruchtige	10	56
Entenkeule, geschmorte, auf Grünkohl	1	17
Feta, gebackener, auf Orient-Gemüsesalat	2	11
Fleischbällchen, Familienpizza mit	3	19
Focaccia, krosse, mit Schinken und Pesto	7	41
Focaccia, luftig gebackene	5	33
Gockel, das Beste vom Bauern-	4	34
Grünkohl-Pizza, herzhaft, mit Salami	12	30
Hackbraten, Veggie-, mit Whiskey-	10	15
Äpfeln und Cranberrysoße		
Hähnchenkeulen, Honig-, auf Ofengemüse	5	17
Kalbsaxe, geschmorte, in Rotwein	10	10
Lachs-Porree-Ragout mit	1	15
Filoröschen		
Lachsstreifen, gebackene,		
mit Sauce tartare	11	22
Lasagne „Frankfurter Art“, Frühlings-	4	9
Linsenchili unter der Püreehaube	12	44
Ofenhähnchen auf Kartoffeln und Oliven	7	40
Ofenhähnchen, sizilianisches	4	18
Ofenkartoffel mit Spinat-Lachs	2	17
Ofenkoteletts unter der Haube	6	47
Ofen-Nuggets mit Käse-Schinken-Kruste	9	8
Ofenspargel mit Sesam-Zitronen-Soße	5	7
Ofenwurzeln mit Limetten-Vinaigrette	2	11
Orangenhähnchen, glasiertes,		
auf Ofentomaten	8	8
Panzanella mit Paprikakeulen	9	15
Pilzköpfe, gefüllte, mit Thymianstreuseln	7	18
Pizza „Gemüsegarten“, 15-Minuten-	10	29
Pizzastern mit Parmaschinken	6	45
Putenröllchen „Hoch lebe die Saison“	3	55
Puten-Schaschlik vom Blech	8	17
Quiche, Kräuter-, mit Spargel	6	13
Roastbeef, geschmortes, alla milanese	4	12
Schnitzelbraten Florentiner Art	9	15
Schwarzwurzelwickel		
im Cordon-bleu-Jäckchen	11	18
Schweinefilet, gekräutertes,		
auf Kartoffelstroh mit Ofenratatouille	8	24
Spaghetti-Bolognese-Torte	5	13
Würzcamembert, gebackener,	11	9
auf Allgäuer Berghütten-Salat		
Wurzeln, gebackene,		
mit Oliven-Vinaigrette	11	48
Zucchini-Börek mit Feta	6	17



*Kartoffelkuchen mit Kasselerragout
Heft 9 Seite 10*

KARTOFFELGERICHTE

F ächerkartoffeln, gefüllte	8	35
Frittata mit unwickelten Garnelen	3	26
H erzogin-Kartoffeln	12	12
K artoffelcreme auf badische Art mit Apfelkühle	9	11
Kartoffel-Gemüse-Buletten mit pochiertem Ei	4	17
Kartoffelhaube, Medaillons unter goldener	9	7
Kartoffelkuchen, herzhafter, mit Kasselerragout	9	10
Kartoffel-Mangold-Tarte	7	17
Kartoffelpfanne, Freitagstisch auf	3	21
Kartoffelpuffer-Waffeln mit pochierten Eiern	9	9
Kartoffelpüree, dreierlei	9	9
Kartoffel-Risotto mit Pesto und Kotelett	4	45
Kartoffelstäbchen mit Pfeffersteaks	3	19
Kartoffelsuppe „Ruck, zuck im Topf“	3	30
Kartoffel-Wurst-Salat, deftiger	7	55
O fenkartoffel mit Spinat-Lachs	2	17
Ofen-Nuggets mit Käse-Schinken-Kruste	9	8
P üree mit Filettürmchen à la Cordon bleu	2	15
R östi-Buffer	5	14
S üßkartoffel-Möhren-Beet mit Orangen-Curry-Braten	3	26
Süßkartoffel-Quinoa-Salat, fruchtiger	9	19
Süßkartoffelstampf	12	9

NUDEL-, REIS- & GETREIDGERICHTE

B andnudeln in Zitronenrahm-Geschmeltetem	6	17
Bandnudeln zu Winzer-Saftgulasch	8	40
Bratreis, Paprika-, mit Gurkensalat	7	9
C arbonara, Erbsen-, mit Schinken und Brotchips	6	27

6 kochen & genießen

E ntenreis aus dem Ofen, persischer	11	45
G ebatene Nudeln mit Garnelen – Phat-Thai	2	46
Gemüse-Nudeln „Primavera“	4	7
Gewürzreis, orientalischer, zu Köfte	1	47
Gnocchi, goldbraune, mit Hofladen-Gemüse	4	35
Gnocchi mit Balsamico-Hähnchen	3	7
Gnocchi, violette, in Pfifferlingsragout	7	13
Grünkohl-Pasta mit gebackenem Tofu	12	21
H ähnchen, Zatar-, marokkanisches mit Cashew-Reis	11	8
Hähnchen-Sumach vom Blech mit Porree-Risotto	9	26
K urkuma-Reis mit Curry-Lachs und gebratenem Römersalat	10	21
L asagne, „Frankfurter Art“, Frühlings-	4	9
M akkaroni mit Kürbis-Bolognese	10	50
Maultaschen mit Senf-Zwiebeln	11	22
Mie-Nudelsalat „Sommerwonne“	6	54
N udeln, Wirsing-	1	39
Nudel-Porree-Frittata aus dem Ofen	2	16
Nudel-Wirsing-Pfanne mit Mettflöckchen	12	29
P astasotto, cremiges, mit Schweineröllchen	4	7
Penne mit Fleischsoße Florentiner Art	2	15
R eis, Schaschlik auf feurigem	2	8
Risotto mit Parmesan-Chips	1	48
S ommerpasta, frische, mit Erbsenpesto	6	13
Sonnenschein-Pappardelle	5	18
Spaghetti, Blitz-, mit Dill-Lachs	4	8
Spaghetti mit Kasseler-Bolognese	9	20
Spaghetti mit weißer Bolognese	3	30
Spaghetti zu Hackbällchen in feurigem Tomatensoße	9	16
Spaghetti-Bolognese-Torte	5	13
Spätzle-Speck-Gratin	10	18
Spinat-Hähnchen mit warmem Reissalat	11	20
T agliatelle mit Gorgonzola, fruchtige	9	42
Tortellini, Pfannen-, nach Art der Landfrauen	7	10
Tortelloni-Topf, schneller	10	29

SALATE

B lütenalat mit Kartoffel-Speck-Croûtons	5	35
C aesar Salad, asiatischer	4	28
Couscous-Salat, lauwarmer	10	29
F rühlingszwiebel-Wildreis-Salat	8	33
G artensalat mit Parmesan-Croûtons	7	50
Grünkohl-Linsen-Salat, lauwarmer, mit Kartoffeldressing und Chorizo	2	13
H ähnchen, Sattmacher-Salat-	10	15
K artoffelsalat, Grillmeister-	6	34
Kartoffel-Schichtsalat, großer	8	35
Kartoffel-Wurst-Salat, deftiger	7	55

K rautsalat, roter, „Alpenglühn“	2	31
L insensalat, schneller	7	51
M atjessalat mit Bratkartoffeln	6	19
Meerrettich-Vinaigrette, lila-grüner Wintersalat mit	1	8
Melonen-Kräutersalat mit Röstbrot	6	36
Mie-Nudelsalat „Sommerwonne“	6	54
N udelsalat mit Rucola-Dressing zu Knusper-Nuggets	6	7
Nudelsalat „Italiano“	8	32
P ffifferlingssalat mit Chorizo-Chips	7	35
Q uinoa-Süßkartoffel-Salat, fruchtiger	9	19
R ohkost, rot-grüne, mit Feta	11	31
S pinatsalat „Tonno“ mit Bohnenpesto	8	43
Spitzkohlsalat mit Chimichurri und gebratenen Salsicce	7	14
T omatensalat, paradiesischer, mit Garnelen	8	10



*Zartes Lammfilet zu Melonen-Feta Salat
Heft 10 Seite 28*

SOSSEN, DIPS & AUFSTRICHE

A uberginen-Salsa	8	34
B ärlauch-Butter	4	46
Bärlauch-Pesto	4	44
Birnen-Preiselbeer-Chutney	10	34
Butter wie bei Mutter	5	43
D attellecreme	4	33
G ewürz-Tsatsiki	8	34
K artoffel-Dip, griechischer	8	34
Ketchup, Puszta-, feuriger, ungarischer	6	41
L imetten-Sour-Cream	10	34
M ango-Chutney, fixes	12	15

	Heft/Seite	Heft/Seite
Pflaumensoße, asiatische, Ké-tsiap	6 41	
Rucola-Käse-Dip	4 33	
Sauce hollandaise	5 43	
Sugo alla puttanesca	8 9	
Sugo all'amatriciana	8 9	
Sugo, weltbesten	8 9	

Tomaten-Ingwer-Chili-Chutney	12 50	
Tomatensalsa	1 32	

Würzbutter mit Basilikum zum Spargel	5 44	
Würzbutter mit Chili fürs BBQ	5 44	
Würzbutter mit Oliven zu Fisch	5 44	

Zitronen-Hummus zum Dippen, grünes	12 37	
-------------------------------------------	--------------	--

SCHNELL & PFIFFIG

Brätkügelchen-Gemüse-Suppe mit Knoblauchbaguette	1 40	
Brokkoli-Nudel-Auflauf	9 30	
Brokkolisuppe, blitzschnelle	4 28	
Brunnenkressensalat mit Steakstreifen	5 27	

Caesar Salad, asiatischer	4 28	
----------------------------------	-------------	--

Eier, wachsweiße, nach Königsberger Art	8 27	
Erbsen-Carbonara mit Schinken und Brotchips	6 27	

Feta, gebackener, „Saganaki“	8 28	
Fischragout mit Brokkoli und Möhren	2 35	
Fish & Chips-Sandwich	10 30	
Flammkuchen, Brät-Paprika-, supereinfacher	8 27	
Flammkuchen, flotter, mit Camembert und Preiselbeeren	9 30	
Frikadellen mit Tomaten und Zwiebeln	9 29	

Garnelen-Couscous-Pfanne	8 28	
Gemüsecurry, schnelles	12 43	
Geschnetzeltes, Express-, mit Möhren und Champignons	8 27	
Geschnetzeltes zu Möhren-Reisnudeln, Asia-	2 36	
Gnocchi-Gratin, Emmentaler-	3 29	
Gnocchi-Tomaten-Auflauf	10 30	
Grünkohl-Pizza, herzhaftes, mit Salami	12 30	

Hackbällchen, Turbo-, in Tomaten-Möhren-Sugo	4 27	
Hackröllchen zu Möhren-Kartoffel-Stampf	5 27	
Hähnchen-Bruschetta, gratinierte	2 35	
Hähnchen-Reis-Pfanne, fruchtige	1 39	
Hähnchensandwich, flinkes	11 31	

Kartoffelsuppe „Ruck, zuck im Topf“	3 30	
Käse-Gnocchi-Auflauf	5 27	
Kasselersteak auf Rahmporree nach Düsseldorfer Art	6 27	
Kichererbsen-Chili mit Paprika	10 29	
Kohlrabi-Topf, Ruck-zuck-	6 28	
Koteletts, Pfeffer-, auf geschmortem Salat	11 31	
Krabben und Zucchini auf Röstbrot	9 29	
Kraftbrot mit pochierten Eiern	3 29	
Lachs-Lauch-Quiche	4 27	
Lagerfeuer-Pfanne	3 29	

Lammfilet, zartes, zu Melonen-Feta-Salat	7 36	
Lauchzwiebelsuppe	5 27	
Linsensalat, schneller	7 51	

Muschelnudel-Pilz-Pfanne mit Erbsendip	5 28	
Nackensteaks, Winzer Art	3 29	
Nudel-Bohnen-Suppe „Rodeo“	2 35	
Nudel-Wirsing-Pfanne mit Mettflöckchen	12 29	

Omelett, Knöpfle-, „Schwaben-Express“	11 32	
One-Pot-Reis mit Hähnchen	12 29	

Paprika-Gnocchi-Eintopf	9 29	
Pestosuppe, Ratzfatz-, mit Blitzklößchen	3 7	
Pfifferlingssalat mit Chorizo-Chips	7 35	
Pizza „Gemüsegarten“, 15-Minuten-	10 29	
Porree-Schinken-Röllchen, gratinierte	1 39	
Puten-Kokos-Curry „Taj Mahal“	7 35	



*XXL-Familienburger
Heft 3 Seite 9*

Rohkost, rot-grüne, mit Feta Rosenkohl-Eintopf, orientalisch gewürzt	11 31	
Rösti „Napoli“, überbackene	12 29	
Rührei-Schlemmerschnitte	5 28	

Schneller Ritter „Cordon bleu“	6 27	
Schnitzel, gefüllte, auf grünem Salat	12 21	
Schupfnudeln, süße, auf Heidelbeerkompott	1 39	
Schweinefilet in cremiger Erbsensoße	12 30	
Schweinekoteletts nach asiatischer Art	9 29	
Schweinsteaks mit Westmorelandsoße und Schupfnudeln	2 35	
Seelachs zu Pfannengemüse	11 32	
Shakshuka, grüne	2 36	
Sonnenschein-Pappardelle	5 18	
Spaghetti mit weißer Bolognese	3 30	
Steak, Zwiebel-, zu Pellkartoffeln und Paprikaquark	7 35	
Steakgyros „Zackig mit Tsatsiki“	4 27	

Tomaten-Crumble mit Parmesan-Panko-Kruste	6 27	
Tomaten-Erdbeer-Suppe mit Brotknusperchen	7 35	
Tortelloni-Topf, schneller	10 29	
Tortelloni, überbackene, mit Chorizo	8 27	

Wirsing-Nudeln	1 39	
Wrap-Pizza	1 40	
Würstchentopf, scharfer	11 31	

Zucchini-Gröstli, sommerliches, mit Ei	7 36	
-----------------------------------------------	-------------	--

INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN

Asiatische Tatar-Bowl mit Spiegelei	5 47	
--------------------------------------------	-------------	--

Bauernsuppe, französische	7 18	
----------------------------------	-------------	--

Eier, russische, mit Salat „Olivier“	1 30	
Entenreis aus dem Ofen, persischer	11 45	

Fleisch, würziges, mit Guinness-Soße	3 50	
Fleischspieße mit georgischer Pflaumensoße	9 41	
Frikassee, italienisches	6 9	
Frühlingssuppe, Buddhas, mit gebratenem Tofu	6 55	

Garnelen, Kokos-, auf Nasi Goreng	6 53	
Gebratene Nudeln mit Garnelen – Phat-Thai	2 46	
Geschnetzeltes zu Möhren-Reisnudeln, Asia-	2 36	
Gewürzreis, orientalisches, zu Köfte	1 47	
Glasnudelsalat mit Mango und Garnelen	1 29	

Hähnchen nach ligurischer Art	2 51	
Hähnchencurry mit Naan, indisches	2 16	
Hirten-Gulasch, ungarisch	3 11	
Hirtenhacksteak Bifteki mit Tomatendip und knackigem Brotsalat	5 53	

Käse-Crisp, griechischer Bauernaufwurf mit Ketchup, Puszta-, feuriger, ungarischer	1 13	
Knuspergarnelen zu feiner Thai-Suppe	6 41	
Knuspergarnelen zu feiner Thai-Suppe	3 46	
Koreanische Vielfalt mit Blitz-Kimchi	6 53	

Lachs, Cajun-, nach Südstaaten-Art	11 10	
-------------------------------------------	--------------	--

Pfannkuchen, indische, mit Linsen-Dal	5 17	
Pflaumensoße, asiatische, Ké-tsiap	6 41	
Puten-Kokos-Curry „Taj Mahal“	7 35	

Schottische Eier XXL	7 7	
-----------------------------	------------	--

Tikka Masala, vegetarisches	12 14	
------------------------------------	--------------	--

Vietnamesisches Pho-Bufferet	11 39	
Vindaloo vom Schwein, indisches	8 15	
Vitale Schale „Orient-Express“	5 48	

EINMACHEN & EINLEGEN

Aprikosen-Tonka-Aufstrich	8 51	
----------------------------------	-------------	--

Brombeer-Anis-Konfitüre	8 50	
--------------------------------	-------------	--

Erdbeer-Rumtopf	8 50	
------------------------	-------------	--

Garten-Antipasti, eingelegte	8 49	
-------------------------------------	-------------	--

Gurkenstreifen, süßsaure	8 49	
---------------------------------	-------------	--

	Heft/Seite
H imbeer-Essig	7 21
Hollerkoeh	9 47
J ohannisbeergelee mit Cassis	7 62
M ädesüß-Orangen-Gelee	7 56
N ektarinen-Gelee „Tropicana“	8 50
P esto alla genovese	2 51
S alzzitronen, marokkanische	8 49

GESUNDE KÜCHE

Vollwertgerichte & Ohne Fleisch

A rtischocken, gekochte, mit drei Dips	7 45
Avocado, gefüllte, mit Zitronenbulgur	8 45
Avocado-Brote mit Rote-Bete-Aufstrich	10 19
B lätterteig-Schnecken, fruchtige	10 56
Böhmische Knödel-Pommes mit Birnen-Remoulade und Blattsalat „Herbstzauber“	10 47
Brokkoli-Nudel-Gratin „Ei im Nest“	1 17
Burrata, gebackene, auf Tomatensugo	6 46
C aprese-Flammkuchen	6 46
Champignon-Galette mit Ziegenfrischkäse	10 20
Couscous-Pfanne	4 27



*Fischpäckchen „Urlaubstraum“
Heft 7 Seite 19*

Couscous-Salat, lauwarmer	10 29
Cremesuppe „Aus Wald & Feld“	4 43
F alafel-Sesam-Wraps	1 37
Feta, gebackener, auf Orient-Gemüsesalat	2 11
Feta, gebackener, „Saganaki“	8 28
Frikadellen, vegetarische, mit Gurkensalat und Salzkartoffeln	12 44
Frühlingssuppe, Buddhas, mit gebratenem Tofu	6 55
G alette mit Ziegenfrischkäse, supersaftige	8 7
Gartensalat mit Parmesan-Croûtons	7 50
Gemüsecurry, schnelles	12 43
Gemüse-Nudeln „Primavera“	4 7
Gemüsepfanne, herbstliche	10 16

	Heft/Seite
Gemüse-Tarte, mediterrane	8 18
Gnocchi, violette, in Pfifferlingsragout	7 13
Grünkohl-Pasta mit gebackenem Tofu	12 21

H ackbraten, Veggie-, mit Whiskey- Äpfeln und Cranberrysoße	10 15
-----------------------------------------------------------------------	-------

K artoffel-Gemüse-Buletten mit pochiertem Ei	4 17
Krapfen, Zillertaler, mit Wildkräutersalat	4 55
Kraut-Palatschinken, zünftige	2 29

L insenchili unter der Püreehaube	12 44
Linsen-Spinat-Empanadas mit Tomatensalsa	1 32

M andel-Cracker mit Saaten und Parmesan und tomatiger Guacamole	10 42
Mangold-Feta-Strudel	7 32
Maultaschenpfanne, verschärfte	3 8
Mexiko-Suppe mit Tortillastreifen	4 18
Muschelnudel-Pilz-Pfanne mit Erbsendip	5 28

N udelsuppe, feurige	11 21
-----------------------------	-------

O fengemüse-Nudelsalat, bunter, mit rotem Pesto	7 28
-----------------------------------------------------------	------

P fannkuchen, indische, mit Linsen-Dal	5 17
Pilzköpfe, gefüllte, mit Thymianstreusel	7 18

Q uiche, Blitz-, alla Italia	9 21
-------------------------------------	------

R isotto mit Parmesan-Chips	1 48
Rosenkohl-Tarte-Tatin, karamellisierte	1 9
Rösti-Buffer	5 14
Rotkohl, Zimt-, mit Granatapfel	12 9

S pargel-Waffeln mit Orangen-Hollandaise	5 8
Spiegelei-Sonne auf Linsenpüree	10 19
Spiegelei-Spinat-Pfanne, würzige, grüne Shakshuka	6 14
Spinat-Ravioli-Auflauf	3 20
Süßkartoffelstampf	12 9

T ikka Masala, vegetarisches	12 15
Tomaten-Crumble mit Parmesan-Panko-Kruste	6 27

V itale Schale „Orient-Express“	5 48
----------------------------------------	------

W irsing-Pilz-Rahm-Pastetchen	1 19
Würzcamembert, gebackener, auf Allgäuer Berghütten-Salat	11 9

Z ucchini-Börek mit Feta	6 17
Zucchini-Schnitzel, knusprige, zu Endiviensalat	10 20

Kalorienarm

B lumenkohlreis-Curry vom Blech	10 41
Brunnenkressensalat mit Steakstreifen	5 27

C ouscous-Pfanne	4 27
-------------------------	------

F ischpäckchen „Urlaubstraum“	7 19
Flädle-Terrine „Tapfelspitz“	5 47
G emüsenudeln mit Rinderfiletstreifen	10 42

H ähnchenfilet auf Chili-Kurkuma-Gemüse	1 35
---------------------------------------------------	------

	Heft/Seite
K abeljau mit Bulgur und Kardamom-Möhren	1 36

M uffins „Querbeet“, herzhaft	10 43
--------------------------------------	-------

P orree-Schinken-Röllchen, gratinierte	1 39
-----------------------------------------------	------

S chweinefilet, gepfeffertes, mit Rotkohl-Slaw	1 37
----------------------------------------------------------	------

Seelachs, gratinierter, in Dill-Käse-Béchamel	4 40
--------------------------------------------------	------

Shakshuka, grüne	2 36
Spinatsalat „Tonno“ mit Bohnenpesto	8 43

W aldpilzpfanne, feine	9 53
Wrap-Pizza	1 40

Wurzeln, gebackene, mit Oliven-Vinaigrette	11 48
-----------------------------------------------	-------

FÜR GÄSTE & FESTE

Ä hrenbrot „Reiche Ernte“	10 34
----------------------------------	-------

Apfel-Brombeer-Crumble mit Mango-Blitzeis	10 38
----------------------------------------------	-------

Asia-Cocktail mit Garnelen	12 38
Auberginen-Salsa	8 34

B arbecue-Bällchen zum Aufspießen	7 29
BBQ-Nachos mit Mais und Ananas	6 36
Beeren-Baiser-Eisbombe	3 39

Beerige Schichtspeise	5 37
Bergsteigersuppe	2 28

Birnen-Preiselbeer-Chutney	10 34
Blaubeer-Muffins auf die süße Tour	7 33

Blütensalat mit Kartoffel-Speck-Croûtons	5 35
Bowle, Sternstunde-	12 41

Bratwurstschnecken mit Gremolata	6 33
Brötchen mit Dip, deftige	9 35

Burger-Matterhorn	2 31
Butterkuchen „Bosköpchen“	4 37

C hili-Mais, gegrillter	8 34
--------------------------------	------

D attelcreme	4 33
---------------------	------

E ier, russische, mit Salat „Olivier“	1 30
Eierkörnchen mit Überraschung	4 33

F ächerkartoffeln, gefüllte	8 35
Festtagspute mit Apfel-Zwiebelbrot-Füllung	12 8

Flanksteaks „Down Under“ mit fruchtigen Gemüsespießen	1 28
----------------------------------------------------------	------

Focaccia, luftig gebackene	5 33
Fonduesuppe, kosmisch leckere	12 36

Frikadellen, mediterrane, vom heißen Rost	6 35
Frühlingsschneepilz-Wildreis-Salat	8 33

G emüse, Hofladen-, mit goldbraunen Gnocchi	4 35
-------------------------------------------------------	------

Gemüse-Sticks mit Basilikum-Joghurt	7 32
Gewürz-Tsatsiki	8 34

Glasnudelsalat mit Mango und Garnelen	1 29
------------------------------------------	------

Gockel, das Beste vom Bauern- Gürkchen-Gremolata	4 34
-----------------------------------------------------	------

zum Darüberstreuen	11 36
H ähnchen und Zucchini-Happen mit Tortilla-Aszendend	12 37

Hochzeitsuppe, Vierländer	4 32
---------------------------	------

	Heft/Seite	
Johannisbeer-Käsekuchen-Dessert	6	39
Kartoffel-Dip, griechischer	8	34
Kartoffel-Grissini, knusprige	11	37
Kartoffelsalat, Grillmeister-	6	34
Kartoffel-Schichtsalat, großer	8	35
Kartoffelsuppe, spanische	11	41
Käseplatte für Genießer	9	37
Käseplatte „Sennerglück“	2	31
Knoblauchknoten mit Basilikum-Parmesan-Dip	6	38
Kotelettbraten, glasierter, mit Gemüsesegen aus dem Garten	10	37
Kraut-Palatschinken, zünftige	2	29
Krautsalat, roter, „Alpenglühn“	2	31

Lachs, gebeizter, „Pesto-Style“	3	35
Lebkuchen-Tiramisu, galaktisches	12	40
Limetten-Sour-Cream	10	34
Linsen-Spinat-Empanadas mit Tomatensalsa	1	32



*Vierländer Hochzeitssuppe
Heft 4 Seite 32*

Mangold-Feta-Strudel	7	32
Melonen-Kräutersalat mit Röstbrot	6	36
Mitternachtssuppe mit Kräuterpflanzbrot	1	31
Muffins, Skifahrer-	2	33

Nudelsalat „Italiano“	8	32
------------------------------	----------	-----------

Ofengemüse-Nudelsalat, bunter, mit rotem Pesto	7	28
Olivens-Hackbällchen	12	39

Pinchos, dreierlei	11	41
Puten-Frikassee	5	34

Räucherlachs-Terrine mit Spargel	5	33
Rippe, hohe, mit Kaffee-Rub	6	34
Röstpaprikasuppe, samtige	10	35
Rucola-Käse-Dip	4	33

Schnitzel-Stullen für den Gepäckträger	7	31
Schweinefilet, mediterranes, mit grünem Spargel, Tomaten-Salsa und goldbraunen Salbei-Gnocchi	3	37
Schweinerücken mit Porreefüllung	9	37
Skistöcke zum Anbeißen	2	32
Spinat-macchiato-Süppchen	3	35
Spitzpaprika auf mariniertem Feta	8	33
Suppenparty: deftiger Küchenzauber-Topf	11	37

	Heft/Seite	
Süßkartoffel-Parmesan-Waffeln	10	37
TuttiFrutti vom Grill	8	36
Vietnamesisches Pho-Buffer	11	39
Vitello-tonnato-Schiffchen	3	35
Weinschaum-Creme	9	38
Winzersuppe mit Walnuss-Crunch	9	34
Wurstsalat, pikanter	9	35

GETRÄNKE

Alpenmilch mit Schneeball	2	32
Avocado-Kokos-Smoothie, fruchtiger	9	19
Bahama Mama	5	24
Bowle, Sternstunde-	12	41

Eiergrog „Steife Brise“	1	44
Erdbeer-Daiquiri	2	62
Erdbeerlimo	4	37
Erdbeerlimo, erfrischende	6	61

Ginger Basil	2	59
---------------------	----------	-----------

Johannisbeer-Limes, eisgekühlter	7	25
-----------------------------------------	----------	-----------

Mango-Smoothie mit Kokosmilch	11	55
Maracuja-Erdbeer-Schorle „On the rocks“	7	30
Matcha-Tee	11	63

Pfirsich-Minz-Bowle	6	35
Pfirsich-Mojito, eisgekühlter	8	36
Piña colada	2	58
Pisco Sour	2	60

Rhabarber royal	3	37
Rhabarber-Mojito	3	37

Smoothie „Feines Grünzeug“	6	13
-----------------------------------	----------	-----------

Zitronengras-Eistee	5	36
----------------------------	----------	-----------

BACKEN

Herzhaft		
Anis-Burgunder-Pie mit Zwiebelsoße	11	12

Bacon-Kuchen, saftiger	2	40
Brötchen mit Dip, deftige	9	35

Cheeseburger-Muffins	7	7
-----------------------------	----------	----------

Flammkuchen, Brät-Paprika-, supereinfacher	8	27
Flammkuchen, flotter, mit Camembert und Preiselbeeren	9	30
Focaccia, krosse, mit Schinken und Pesto	7	41
Frittata, Nudel-Porree-, aus dem Ofen	2	16

Galette mit Ziegenfrischkäse, supersaftige	8	7
Gemüse-Tarte, mediterrane	8	18

Kartoffelkuchen, herzhafter, mit Kasselerragout	9	10
Knofeliges Bommelbrot	4	46

Lachs-Blumenkohl-Wähe, herzhaft	7	14
----------------------------------------	----------	-----------

Lachskuchen, norwegischer	7	54
----------------------------------	----------	-----------

Mangold-Kartoffel-Tarte	7	17
Muffins „Querbeet“, herzhaft	10	43

Pizzastern mit Parmaschinken	6	45
-------------------------------------	----------	-----------

Quiche, Blitz-, alla Italia	9	21
------------------------------------	----------	-----------

Roggenbrötchen mit Apfelkompott und Omelett	3	55
----------------------------------------------------	----------	-----------

Steinpilz-Lachs-Kuchen	9	52
-------------------------------	----------	-----------

SÜß

Amarena-Marzipan-Muffins, gefüllte	1	62
Äpfel im Schlafrock	11	19
Äpfel-Popcorn-Cupcakes	10	65
Äpfel-Streusel-Miteinander vom Blech	9	61
Aprikosenaufwurf mit Crème double	9	22
Aprikosen-Kuppeltorte, feine	8	60
Aprikosentorte	4	59

Baiser-Wölkchen	10	58
Baumkuchentorte mit Himbeercreme	11	65
Blaubeer-Käsesahne-Traum	8	59
Blaubeer-Muffins auf die süße Tour	7	33
Blechkuchen-Quitten mit zweierlei Schokolade	10	57
Bratapfel-Meringue-Tarte	10	61
Brownie mit Karamellcrunch	9	63
Brownie mit Kirschoße, Ahorn-Walnuss-Butterkuchen „Bosköpchen“	11	55
	4	37

Caffé-Latte-Zebrahupf	11	61
Cheesecake mit Himbeersahne	7	65

Cheesecake-Törtchen unterm Krönchen	3	59
Cranberry-Kokos-Tannenbäumchen	12	51

Donau-Parzelle, beerenstarke	7	59
-------------------------------------	----------	-----------

Erdbeer-Brownie-Sandwich, Schneewittchens	6	59
Erdbeer-Daiquiri-Traum	2	62
Erdbeer-Joghurt-Schnitten	6	63
Erdbeer-Mandel-Torte	6	60



*Kaiserschmarrn-Topfentorte
Heft 3 Seite 59*

	Heft/Seite		Heft/Seite
Erdbeer-Streuselkuchen	6	61	
F rankfurter-Kranz-Cupcakes	5	45	
Froschkönig-Schnitten	3	62	
Fürst-Pückler-Happen	8	61	
G inger-Basil-Smash-Kuchen	2	59	
Glühkirsch-Cupcakes	12	59	
Glühweinkuchen mit Orangenhaube	1	63	
Gugelhupf-Mokka mit Goldmünzenglasur	1	59	
H aselnusskuchen mit Spekulatius-Buttercreme	1	61	
Herztorte „Mama ist die Beste“	5	65	
Himbeer-Krone, kühle	8	59	
J ohannisbeer-Käsekuchen-Dessert	6	39	
K achelkuchen, kunterbunter	4	59	
Kaffee-Berberitzen-Cookies	11	62	
Kaffee-Karamell-Torte	9	65	
Kaiserschmarrn-Topfentorte	3	59	
Kirsch-Brioche-Blume	4	60	
Kirsch-Buttermilch-Kuchen	5	62	
Kirschen, versunkene, aus dem Ofen	7	20	
Kirsch-Kokos-Energyballs	2	55	
Kirschkuchen unter Baiser-Streusel-Decke	10	62	
Kirsch-Mandelkuchlein „Garten Eden“	7	63	
Kokos-Schoko-Barren, saftige	3	47	
Kürbis-Espresso-Pie	11	59	
L imetentörtchen, luftig-leichte	6	65	
M alaysischer Pandan-Kuchen	8	65	
Mandarinenkuchen, fantastischer	9	60	
Mandarinenschnitten, makronige	1	60	
Mandelstollen vom Blech	12	53	
Matcha-Cupcakes mit Orange	11	63	
Milch-Kuchen, dreierlei, mit Karamellguss	5	60	
Milchreiskuchen mit Beerenkompott	5	61	
Milchreis-Torte	2	65	
Mohn-Aprikosen-Kuchen	9	59	
Mosaikkuchen „Quer durchs Beet“	7	60	
Mousse au Chocolat „Schöne Helene“	2	55	
Muffins, Skifahrer-	2	33	
N usstorte, Earl-Grey-, mit Sirup-Birnen	11	60	
Nusstorte mit Likör-Ganache	12	65	
O mbré-Heidelbeer-Torte	5	59	
P avlova-Rolle mit Beeren	10	59	
Pflaumenkuchen mit Zimt-Zucker-Kruste	9	59	
Piña-colada-Torte	2	59	
Piña-colada-Torte-Baiser	10	60	
Pisco-Sour-Tarte	2	61	
Prilleken	1	65	
Q uark-Früchtebrot	12	60	
R habarber-Haferflocken-Kuchen	3	56	
Rhabarber-Käsekuchen, mit Earl-Grey-Streuseln	3	63	
Rosarote Mini-Cups	6	62	
Rosenkuchen mit Ribiseln	7	62	
Rote-Grütze-Kordel	8	55	
Rübli-Mohn-Marmorkuchen	4	65	
S chnitten, „Wir sind ein Team“-Schoko-Bienenstich	4	62	
Schoko-Gugel mit Vanillefüllung	3	65	
	11	24	

Schokoladen-Prinzen-Rolle	3	61
Schwarzwälder Sommerfrische	8	62
Skyr-Auflauf mit Himbeeren	2	54
Stracciatella-Kirschkuchen	9	62
Süßkartoffel-Pekannuss-Kuchen	2	56
T arte, Kopfüber-, mit Steinobst	7	61
Tassen-Häuschen mit Spekulatiusduft	12	62
Torte, „Für immer dein“-	4	61
V anille-Brioche mit Aprikosen	5	63
Vanillekipferltorte mit Mandarinen-Mascarpone-Creme	12	58
W eihnachts-Cookies, zweierlei, schnelle	12	61
White-Russian-Törtchen	2	63

EXTRA

Plätzchen

B utter-Thymian-Kränze	11	4
C ranberry-Orangen-Taler	11	9
H aselnuss-Schnecken	11	9
Honigkuchensterne mit Spritzmuster	11	15
K irsch-Nuss-Herzen	11	6
L ebkuchen-Brezeln im Schokomantel	11	11
Lebkuchen-Tipi	11	16
M agenbrot, glasiertes	11	4
Mandelwürfelchen	11	3
Marzipan-Ecken, himmlische	11	7
Mini-Hörnchen mit Frischkäse	11	15
Mozart-Plätzchen	11	5
Mürbeteig, Grundrezept	11	9
N ougat-Doppeldecker	11	9
P istazienkekse, kernige	11	13
S chokobällchen mit Kokos	11	11
Schokoberge, gefüllte	11	6
Shortbread, Santas feinstes	11	2
Spritzgebäck-Bäume	11	13
Sternschnuppen, Linzer	11	10



Liebe,
die auf den
Tisch kommt