



Jahres-Rezeptregister 2019

Die Rezeptregister von 1995 bis 2018 finden Sie auch im Internet
unter kochen-und-genießen.de – zum Downloaden und Ausdrucken.



VORSPEISEN & SNACKS 2

HAUPTGERICHTE

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

DESSERTS & SÜSSPEISEN 4

SUPPEN & EINTÖPFE 5

AUFLÄUFE & GRATINS 5

OFENGERICHTE 5-6

KARTOFFELGERICHTE 6

NUDEL-, REIS- & GETREIDGERICHTE 6

SALATE 6-7

SOSSEN, DIPS & AUFSTRICHE 7

SCHNELL & PFIFFIG 7

INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN 7-8

EINMACHEN & EINLEGEN 8

GESUNDE KÜCHE

Ohne Fleisch	8
Kalorienarm	8-9

FÜR GÄSTE & FESTE 9

GETRÄNKE 9

BACKEN

Herzhaft	10
Süß	10

EXTRAS

Plätzchen	10
-----------	----

VORSPEISEN & SNACKS

	Heft / Seite
A vocado-Sandwich, exotisches	6 45
B ackfischpraline, knusprige	9 24
BBQ-Garnelen auf Tomaten-Gurken-Tatar	8 26
Beeten, gebackene, mit Honig-Kräuter-Crunch	10 26
Brotpralinen, zweierlei, mit Zwiebelconfit	10 37
C amembert, gebackener, mit Cranberrychutney	12 39
Chili con Carne mit Avocadodip	1 13
E ier im Glas mit Knusper-Langohren	4 15
F alafel, knusprige	11 30
Feta-Knuspersticks auf Winter-Rohkost	2 8
Filetpraline auf Ringelbete-Salat	12 14
Flammkuchenkörbchen mit Rührei	4 34
G arnelentatar mit Tramezzino-Segel	12 15
Gemüsepommes mit Olivendip	10 42

	Heft / Seite
Grünkohl-Quinoa-Mix, warm gefutterter	1 41
Gulaschsuppe, Szegediner	1 12
H ähnchen-Kürbis-Curry	1 11
Hawaii-Brote aus dem Ofen	6 27
J oghurtsocken zu Räucherlachs	3 25
K artoffelpuffer tschechische, „Bramboráky“	2 57
Keulchen, Picknick-	5 35
Kichererbsensalat, orientalischer	1 37
Köfte, aromatische	11 30
L insenfrikadellen, vegetarische	4 34
Maronencreme mit Harissa-Öl	11 26
Minigurken-Schiffchen mit Thunfischcreme	7 42
Möhren-Kraftbrot „1001 Nacht“	4 50
N udeltopf con verdure	1 12
O fengemüse-Salat, „Heißes Blechle“	1 41
P fannensalat, bunter	1 42
Pfannkuchen-Wrap „Viva Mexico“	4 28
Pfifferlings-Bruschetta	7 24
Power-Schnittchen	3 46
R icotta-Apfel, süßes Vergnügen	4 51
Rinder-Carpaccio, geflammtes	9 28
Rosmarinlachs, gebeizter & Rote-Bete-Salsa	4 37
S alat, Gute-Laune-, mit Hähnchenspießen	2 41
Sandwich, Schlemmer-, mit Veggie-Bolognese	4 51
Selleriecremesuppe, geröstete, „Nordsee“	1 24
Schnitte, Besser-Esser-, mit Roastbeef und Gurke	4 50
Smørrebrød, Variationen von	6 53
Spargel-Antipasti mit Erdbeeren	7 47
Spargel-Lachs-Terrine „Kräutergarten“	4 23
Spargel, mariniertes, zu Burrata	6 24
Steinspitzcarpaccio, leichtes	10 48
Sunshine-Toasts, gefüllte	4 15
Süßkartoffelschnitzel, krosse	5 35



Gebackener Camembert mit Cranberrychutney – Heft 12 Seite 39

	Heft / Seite
Torta frita - frittierter Brotteig	4 49
Tortillawaffeln „Acapulco“	10 29
W eißwürstburger, „Pick mas“-	10 51

HAUPTGERICHTE

Fleisch

A pfelbraten, von innen mariniertes, mit Chimichurri und Röstkartoffelsalat	1 55
Arme Ritter-Sandwiches, herzhaft	5 28
Asiawok „Knackiger Biss“	5 20
B acon-Frikadellen nach Waidmannsart	3 17
Barbecueplatte, die große	6 34
Bifteki mit Tsatsiki-Füllung	7 15
Bolognese, Cranberry-, mit Feta	12 38
Brätbällchen-Gratin in Paprikasahne	2 28
Brasato al Merlot zu Polenta	7 53
Bratreis „Acapulco“, mexikanischer	5 15
Bratwurst-Bohnen-Pfanne in Biersoße	12 19
Bratwurst, nach Landfrauen-Art	1 38
Bratwurst zu glasierten Gartengemüse	8 29
Bratwurstschnecken auf Ofentomaten	9 17
Bürgermeisterstück mit Steinpilzen	9 39
C hampignon-Cheeseburger	7 27
Chicorée, gebackener, mit Schinkenmantel	1 18
Chili con Carne, Kürbis-Boot mit	10 10
Chorizo, sahniges Ofenkraut mit	3 42
Chorizo und Gorgonzola, Pizza picante mit	3 28
Côte de Bœuf mit Rosmarin-Gnocchi	5 46
Cordon-bleu-Röllchen mit feinem Selleriepüree und Kräutereisen	3 12
Currykasseler im Gemüsebett	2 10
F alscher Hase mit Rösthaube	2 14
Fenchelschiffchen mit Gemüse-Tagliatelle (mit Hack)	9 15
Filets in Barolo mit Balsamico-Rotkohl und Polenta	12 8
Filetsteak mit Blitz-Hollandaise und Cranberry-Böhnchen	12 37
Fleischbällchen, Tandoori-, pikante	2 13
Frikadellen auf Bohnensalat nach Gärtner-Art	6 9
G eschnetzeltes, „Willkommen, lieber Herbst“-	10 19
Geschnetzeltes, Asia-Paprika-Geschnetzeltes „Asia-Style“ in Erdnuss-Soße	1 7
Geschnetzeltes in würzigem Senfrahm	4 26
Geschnetzeltes in würzigem Senfrahm	9 55
Grillfackeln, glasierte	7 14
Grünkohl, gebratener mit deftigem Kartoffelstampf	12 32
Grünkohlplatte „Achern Diek“	2 36
Gulaschtopf, deftiger, mit Cheddar-Brötchen	11 8
Gyros-Schupfnudel-Pfanne	1 37
H ack-Bacon-Braten mit Colaglasur	5 18
Hack-Bowl, scharfe Thai-Hackbraten „Waidmannsheil mit edlen Rahmpilzen“	10 29
Hack-Käse-Sandwiches, gratinierte	10 14
Hack-Muffins mit Krautnudeln	3 30
Hack-Muffins mit Krautnudeln	11 19
Hack-Pfanne, Tortellini-, mit Tomaten	4 28
Hackpfannkuchen, gratinierte	2 15

	Heft / Seite	
Hackrouladen, Kohlrabi in Zitronenrahm und Hacksteaks, mediterrane, auf Avocado-Kartoffelpüree	7 8	6 17
Hohe Rippe mit Sellerie-Dreierlei	9 14	
Hüftsteak auf Dinkel-Gemüse-Salat	9 48	
Involtini di vitello	9 31	
Jägerschnitzel-Stulle, rustikale	11 38	
Kalbshaxe mit Röstgemüse	6 7	
Kalbsnackens auf Thymian-Salzbett	10 13	
Kalbsragout, Südtiroler Kasknodel mit Kalbsrücken, Zarter, mit Speckböhnchen und Birnen-Chutney	3 14	9 24
Kalbsschnitzel im Macadamia-Halloumi-Mantel	8 13	
Kartoffel-Steak-Pfanne mit Kräutersoße	5 14	
Kasseler, asiatisches, auf Zuckerschotenreis	12 19	
Kasselerkotelett auf ungarische Art	3 28	
Kasselerkoteletts mit Asia-Kraut und Schupfnudeln	11 37	
Kasseler mit herblichem Erdapfelsalat	11 49	
Kasselerkoteletts unter Meerrettichkruste	1 18	
Knusperring „Surprise“	1 20	
Kohlrouladen auf rumänische Art	10 53	
Köfte, aromatische	11 30	
Kotelett, Rote-Bete-Linsen-Salat zu	9 13	
Krautkrapfen nach Art der Bauernküche	1 52	
Lammhaxen auf orientalischem Reis	4 8	
Lammkoteletts, Rosmarin-, Aligot zu	3 54	
Lasagne, -Süßkartoffel, „Winterzauber“	1 17	
Makkaroni-Schinken-Auflauf alla carbonara	4 26	
Mandelfilet, Garten-Ratatouille zu zartem	7 9	
Minutensteaks mit Tomatentatar, auf Avocado-Spaghetti	7 18	
Ofenkartoffeln de luxe, zweierlei Ofentomaten, gefüllte, mit feurigem Mett	2 50	8 10
Ofenblech „Neue Ernte“ mit Gemüse und Koteletts	6 43	
Osterschinken im Brotteig	4 10	
Paprika-Gulasch, Wiener, mit Blumenkohl-Nockerln	6 24	
Penne mit Linsen-Bolognese	8 40	
Pistazienschnitzel mit Gemüseris	6 27	
Pizza, -Asia, mit saftigem Hack	1 37	
Rib-Eye-Steaks „Schöner Feierabend“	8 30	
Rinderbraten mit Zwiebelsoße	3 52	
Rinderfiletsteak „Surf & Turf“ mit Röstgemüse	2 24	
Rinderschnitzel-Sandwich mit fruchtiger Salsa	8 14	
Roastbeef „Bavaria“ mit Semmelknödelkruste	10 13	
Rübli-Rigatoni mit Kasseler	1 38	
Rumpsteakstreifen mit Kaffeepfeffer auf Graupensalat	11 40	
Sauerfleisch „Glückauf“ mit Bratkartoffeln nach Oma Gertrud	8 51	
Schlemmerschnitten mit Steakstreifen	9 35	
Schnitzel, gebratene Schwarzwurzeln zu Risotto und	1 45	

	Heft / Seite	
Schnitzelchen im Nudelnest	3 16	
Schottische Eier	4 13	
Schweinebraten, französischer, nach Art der Bäcker	10 15	



*Französischer Schweinebraten nach Art
der Bäcker – Heft 10 Seite 15*

Schweinefilet alla Siciliana mit Spinat-Nudeln	4 22	
Schweinefilet nach Gyros-Art	4 17	
Schweinekoteletts auf Pilz-Spinat-Rahm	2 19	
Schweinelendchen, rheinische	2 28	
Schweinelenden im Gemüsebett	6 17	
Schweinemedaillons, Balsamico-Pilze zu	10 47	
Schweinemedaillons zu Gartengemüse	9 35	
Schweinenacken, zerzupfter, „Pulled Pork“	8 37	
Spaghetti mit weltbesten Bolognese	2 16	
Spitzkohlröllchen mit Tomatensoße	4 18	
Steak „Madagaskar“ mit Zitronenspargel	5 28	
Steak-Sandwich mit Knusperzwiebeln	1 37	
Steaks, gratinierte, auf Frühlingsgemüse	4 16	
Steakstreifen in Pfefferrahm zu Bandnudeln	12 31	
Tafelspitz, Frankfurter grüne Soße zu Tafelspitz-Spieße mit Skyr-Radieschen-Dip	4 43	8 26
Tonkatsu-Schnitzel vom Schwein mit Rettichsalat	8 14	
Wurzelgulasch unter der Haube Würzgulasch mit cremiger Polenta	2 7	3 12
Geflügel & Wild		
Caprese-Hähnchen, gratiniertes	5 17	
Coq-au-Vin mit Speck-Champignons	12 31	
Entenbrust, glasierte, zu Schmorwirsing und Safranreis	11 26	
Festtagsente mit Speckwirsing und Bratäpfeln	12 7	
Frikassee „Diavolo“	3 9	
Geschneitztem, gerösteter Blumenkohlsalat mit	12 19	

	Heft / Seite	
Hähnchen caprese auf geschmorten Tomaten	8 7	
Hähnchen-Cassoulet, wohlthuendes	11 7	
Hähnchen-Curry „Madras“	7 27	
Hähnchenfilet mit Joghurt-Curry-Marinade	7 14	
Hähnchengeschneitztes, feuriges	5 19	
Hähnchen in Saft „Coq au Jus“	1 24	
Hähnchenkrüstchen, Kräuterspargel zu gefüllten	5 10	
Hähnchenkrüstchen mit Senfkartoffeln	2 18	
Hähnchen-Penne-Salat mit Portulak	6 45	
Hähnchenragout, frühlingsleichtes	4 26	
Hähnchenrouladen mit Ostermörchen, zarte	4 9	
Hähnchenschnitzel in Sesamhülle	8 15	
Hasenragout, Tagliatelle mit	11 11	
Hirschsteak im Filoteigmantel	11 11	
Hühnerfrikassee, Corinnas	3 10	
Huhn, goldenes, mit Knusperhaube	3 7	
Jäger-Pfanne, schnelle	6 18	
Mie-Nudeln à la Bangkok	6 13	
Nugget-Gratin à la Texmex	12 20	
Ofen-Backhendl nach Wiesn-Art	10 19	
Poké-Bowl mit Pute	11 38	
Pollo con aglio al forno	9 30	
Poulet provençal – Huhn auf provenzalische Art	6 5	
Putenbraten mit Bärlauchgeheimnis	5 24	
Putenkrüstchen-Hokkaido-Gratin	9 7	
Putenrouladen mit Pilzfüllung und Kohlrabipüree	8 42	
Putenschnitzel in Zwiebel-Kirschtomaten-Soße	9 18	
Puten-Wrap, Krautsalat-	2 34	
Rehragout à la Sauerbraten, zu Kartoffeln-Haselnuss-Nocken	10 26	
Rehschnitzel in Mohnpanade mit grüner Aioli	11 12	
Tomaten-Hähnchen, gratiniertes	11 37	
Wildschwein-Burger, saftiger	11 14	
Zitronenschnitzelchen zu Haselnuss-Kartoffelstampf	10 29	
Fisch & Meeresfrüchte		
Bratfisch-Hotdog	3 19	
Edelfisch-Terrine	5 43	
Fisch in Pergament zu Asia-Gurkensalat	7 46	
Fischbuletten „Ahoi“ auf Kartoffelsalat	5 44	
Fischfilet in Nusspanade mit Spinat-Fenchel-Salat	10 21	
Fischfilet, Rübenstampf zu	2 9	
Fisch-Gurken-Topf „Hein & Fieta“	8 21	
Garnelen-Brokkoli-Pfanne	1 19	
Gnocchi-Lachs-Pfanne mit Spinat	2 28	
Hasselback vom Lachs mit Weinkartoffeln	5 44	
Hochstapler-Sandwich, fruchtiges (mit Lachs)	5 45	
Kabeljauauflauf, portugiesischer	11 51	

	Heft / Seite
Kabeljau-Cordon-Bleu auf Ofen-Rosenkohl	12 32
Knusperfisch mit Dillgurke à la Fish 'n' Chips	4 19
Knusperpuffer auf Seemans-Art	3 42
L achsfilet „Ahoi“ mit Gurkensalat	3 28
Lachsfilet mit Honig-Lack zu gestrudeltem Kartoffelpüree	12 11
Lachs-Kartoffel-Auflauf	11 21
Lachskoteletts zu buntem Coleslaw	9 19
Lachspäckchen auf Graupenrisotto	4 7
Lachs-Senfsoße, Eier in	6 28
Lachs-Spaghetti mit Petersilienwurzel-Pesto	12 20
Lachsstäbchen auf Fenchelgemüse	8 41
Lachstopf mit Spitzkohl	10 41
Lengfischfilet vom Blech mit Tomatenhaube	7 24
M aischolle mit Speck und Gurkensalat	5 21
Maiwirsing-Puffer mit Krabben, gebratene Matjes und Kartoffelsalat nach Hausfrauenart	6 47
7 19	
O fen-Kabeljau in Tomatensoße	6 19
P omelo-Lachs-Ragout	2 42
R äuchermakrele, Kartoffelsalat mit Rotbarschfilet, auf Wirsing-Kartoffel-Gemüse	6 42
1 7	
S eelachs, gebackener, in Currycreme	10 30
Seelachs in Eihülle auf Paprikagemüse	7 27
T hai-Curry, fruchtiges	12 39
Thunfisch-Linguine mit Chili	6 27
Z itronenfisch mit Kartoffel-Sellerie-Püree	2 21



Thunfisch-Linguine mit Chili
Heft 6 Seite 27

Gemüse

A uberginen-Cannelloni, gratinierte	8 20
B alsamico-Pilze zu Schweinemedallions	10 47
Blumenkohl-Risotto mit Pilzen	1 17
Blumenkohl-Tandoori	4 18

	Heft / Seite
F enchelgemüse, Lachsstäbchen auf	8 41
Fenchelschiffchen mit Gemüse-Tagliatelle	9 15
Fleischlos glücklich mit Halloumi und Gemüse	7 14
G arten-Ratatouille zu zartem Mandelfilet	7 9
Gemüseauflauf mit Kerbel-Béchamel	5 20
Gemüsespaghetti in Gorgonzolasoße	7 45
Grillgemüse, Gute-Laune-Grünkohl, gebratener	6 36
mit deftigem Kartoffelstampf	12 32
K räuterspargel zu gefüllten Hähnchenkrüstchen	5 10
Kohlrabi in Zitronenrahm und Hackrouladen	7 8
Kürbis-Boot mit Chili con Carne	10 10
O fenkürbis „Erntedank“ mit Bratwurst	10 8
Ofentomaten, Bratwurstschnecken auf	9 17
P astete, vegetarische, à la Wellington	12 53
Pfifferlinge à la Crème	10 48
R osenkohl-Antipasti mit Nüssen und Feta	10 42
S chmorgurkenpfanne „Valencia“	7 41
Sellerie-Dreierlei, Hohe Rippe mit Selleriepüree und Kräuterebsen,	9 14
Cordon-bleu-Röllchen mit feinem Spargelpfanne nach italienischer Art,	3 24
mit Gnocchi	6 28
Steaks auf Frühlingsgemüse, gratinierte	4 16
Z ucchini-Reis-Auflauf, Goldener	9 8

Eierspeisen

A rme Ritter-Sandwiches, herzhaft	5 28
C hampignonrahm in fluffigem Omelett	8 19
Cloud Eggs auf Süßkartoffelsuppe	4 14
E ier in Lachs-Senfsoße	6 28
Eier in Senfsoße nach Art von Mama	2 30
Eier, pochierte, auf Rahmspinat	11 37
Eier, wachsweiße, in fruchtiger Currysoße	5 28
F eta-Omelett, fluffiges, „Frühlingserwachen“	4 44
Frittata-Muffins	1 9
H ackpfannkuchen, gratinierte	2 15
O melett mit Pilzen und Spinat	5 16
P ancakes, Kamut-, mit pikanter Salatfüllung	9 47
S chottische Eier	4 13
Senfeier-Ragout mit Knusperspeck	9 35
Süßkartoffel-Spinat-Quiche aus der Pfanne	3 18

DESSERTS & SÜSSPEISEN

A pfel-Ingwer-Kompott mit Zimtbutter-Blüte	10 27
B ananen-Nuggets zu Joghurteis	11 22
Bauernmädchen, verschleiertes	3 20
Beeren-Crumble, Crunchy	7 20

	Heft / Seite
B ienenstich-Profiteroles, Knuspertraum-Bowl, Sattmacher-, fruchtige	9 20
Bratäpfel, gefüllte, im Nussmantel	3 44
Brombeer-Matcha-Parfait	1 25
Brombeer-Nektarinen-Salat auf Grießschaum	8 56
8 22	
C appuccino-Schoko-Pudding mit Grütze	2 38
E rdbeerkaltschale, erfrischende	8 22
Erdbeer-Quark-Traum	5 22
Erdbeertraum, gegrillter	8 27
F ächerapfel mit Haferflocken-Streusel	12 34
Franzbrötchen-Eis auf heißen Himbeeren	9 25
G ewürz-Pannacotta mit Pflaumenkompott	11 27
Gnocchi, süße, nach Südtiroler Art	9 35
Götterspeise, fruchtige, mit süßer Krönung	2 43
Granatapfel-Tiramisu	11 22
Grießschmarrn, Allgäuer	7 28
H eiß und Eis mit Ananas	6 36
Himbeereis, cremiges	8 55
Himbeeren auf Grießflammeri, heiße	3 25
Himbeeren, versunkene	6 20
Holundercreme mit Erdbeeren	5 25
Honig-Pannacotta mit Aprikosen-Bienchen	4 20
K aiserschmarrn mit Crème-fraîche-Topping	12 16
Klößchen, süße, mit Pflaumenkompott	10 22
L avaküchlein, schokoladige	5 22
Limetten-Mousse mit Mangofrische	9 20
Limetten-Sorbet „Mojito“	8 56
M aronen-Espresso-Parfait mit Rumkirschen	11 42
Mascarponetörtchen mit Schoko-Tanne	12 16
Melone, gefrorene, am Stiel	7 38
Milchreis mit Kirschkompott	6 8
Milchreis, sahniger, mit Pflaumensoße	3 20
Milchreis, Zitronen-, gratinierter	1 20
Mohnschmarrn mit Erdbeersalat	5 28
O vernight Oats mit Beeren	9 48
P firsich-Crespelle, gefüllte	4 20
Pfirsich-Wackelpudding, erfrischender	6 20
Porridge mit Erdbeeren	5 53
R habarber-Wonne, Häschens, mit Vanille	4 23
Rote-Grütze-Blitzeis mit Vanillesahne	6 25
S chichtparfait mit Cantuccini	12 17
Schokoladeneis-Muffins	8 57
Schokoladenmousse mit Pflaumensoße	1 20
Semifreddo alla stracciatella	9 33
Stachelbeer-Schichtspeise, Sonnenschein-Stollentriebe mit geflammter	7 20
Marshmallowhaube	12 34
Summertime am Stiel	8 55
T iramisu, Heidelbeer-Tiramisu, rosarotes, Himbeer-Tobleronemousse im 7. Himmel	8 43
2 22	
2 25	
7 24	
Z itronen-Zebra-Becher mit Shortbreadbröseln	10 22



*Häschen Rhabarber-Wonne
mit Vanille – Heft 4 Seite 23*

SUPPEN & EINTÖPFE

Asia-Nudel-Tasse, „Tut gut“	12	42
Cassoulet, wohltuendes Hähnchen-Chili con carne mit Avocadodip	11	7
Chorizo-Topf, spanischer	6	42
Frühlingszwiebsüppchen	5	25
Gazpacho mit Chili-Croupons	7	37
Gemüse Eintopf „Nürnberger Art“	9	18
Gemüsekessel, dampfender	1	32
Gerstensuppe, Meraner	3	13
Gulasch, Kartoffel-Möhren-	2	30
Gulaschsuppe, Szegediner	1	12
Gulaschtopf, deftiger, mit Cheddar-Brötchen	11	8
Gurkensuppe, kalte, mit Brathähnchen	7	42
Hähnchen-Kürbis-Curry	1	11
Hähnchen-Linsen-Eintopf, wärmender	10	29
Hühnerbrühe, Grundrezept	12	40
Hühnereintopf, türkischer	12	43
Hühnersuppe à la Frikasse	12	42
Kartoffel-Mandel-Suppe mit Blätterteigbäumchen	12	12
Käse-Porree-Suppe mit Hackflöckchen	11	37
Kichererbsen-Curry mit Grünkohl	11	50
Kräutercremesuppe mit Hackbällchen	4	44
Kürbis-Nudel-Topf, cremiger	11	9
Kürbissuppe mit fruchtigem Pfiff	10	9
Lachstopf mit Spitzkohl	10	41
Linseneintopf mit Spätzle	3	18
Linsensuppe, goldene	5	54
Linsensuppe, orientalische mit Koriander-Topping	12	41
Maiscremesuppe, mexikanische	8	29
Minestrone, sommerliche	7	17
Minestrone, Wohlfühl-Winter-	2	20
Möhrensüppchen mit Milchschaumkrone	2	25
Möhrensuppe, cremige, mit Speck	4	26

Nudeltopf con verdure	1	12
Radieschen-Minz-Suppe, leichte	6	27
Rinderchili, feuriges	7	34
Rosenkohlsuppe mit Kasseler	11	20
Sauerkrauttopf mit Hackbällchen, Großmutter	11	8
Selleriecremesuppe, geröstete, „Nordsee“	1	42
Sommer-Eintopf mit Markklobchen	6	7
Sommererbsensuppe mit gratinierten Brotsticks	7	24
Sommernudeltopf mit Kabanossi	8	20
Spinatsuppe „Grüne Magie“	3	46
Süppchen, belebendes, mit Burrata	8	9
Tomaten-Kokos-Suppe mit Käsetoast	12	19
Tomatensuppe, geröstete	5	37
Tomatensuppe, Kaffee-Salz-Focaccia zu	11	41
Tomatensuppe mit Vitaminkick	3	30
Zwiebelsuppe mit Käse	10	35
Zwiebelsuppe, cremige, mit Speckkrokant	2	28

AUFLÄUFE & GRATINS

Auberginengratin mit Salsicce, italienisches	7	45
Bratbällchen-Gratin in Paprikasahne	2	28
Caprese-Hähnchen, gratiniertes	5	17
Côte de Bœuf mit Rosmarin-Gnocchi	5	46
Gemüseauflauf mit Kerbel-Béchamel Gratin, „Gute Erde“, mit Käsebéchamel	5	20
	1	46
Himmel-und-Erde-Auflauf mit Blutwurststreuseln	9	10
Kabeljauauflauf, portugiesischer	11	51
Kürbis-Zucchini-Auflauf	12	32
Lachs-Kartoffel-Auflauf	11	21
Makkaroni-Schinken-Auflauf alla carbonara	4	26
Maultaschen-Lasagne, schwäbische	1	8
Putenkrüstchen-Hokkaido-Gratin	9	7
Schnitzelchen im Nudelnest	3	16
Steaks auf Frühlingsgemüse, gratinierte	4	16
Süßkartoffel-Lasagne „Winterzauber“	1	17
Tomaten-Hähnchen, gratiniertes	11	37
Tortellini-Auflauf „Familienglück“	10	20
Tortelloni-Gratin mit Bratwurststreuseln	6	12
Tortelloni in Porreerahm, gratinierte	8	30
Zucchini-Reis-Auflauf, goldener	9	8

OFENGERICHTE

Auberginen-Cannelloni, gratinierte	8	20
Backkartoffeln und Grillzwiebel-Steaks	1	31
Bacon-Käse-Zopf	11	19
Bratkartoffeln vom Blech mit Putenbällchen	11	49

Caprese-Hähnchen, gratiniertes	5	17
Chicorée, gebackener, mit Schinkenmantel	1	18
Côte de Bœuf mit Rosmarin-Gnocchi	5	46
Currykasseler im Gemüsebett	2	10
Frittata-Muffins	1	9
Hack-Bacon-Braten mit Colaglasur	5	18
Hackbraten „Waidmannsheil mit edlen Rahmpilzen	10	14
Hähnchen caprese auf geschmorten Tomaten	8	7
Hähnchenrouladen mit Ostermöhren, zarte	4	9
Huhn mit Knusperhaube, goldenes	3	7
Kalbsaxe mit Röstgemüse	6	7
Kalbsnack auf Thymian-Salzbett	10	13
Knusperring „Surprise“	2	20
Kräuterspargel zu gefüllten Hähnchenkrüstchen	5	10
Lachspäckchen auf Graupenrisotto	4	7
Lengfischfilet vom Blech mit Tomatenhaube	7	24
Maultaschen-Lasagne, schwäbische	1	8
Ofen-Backhendl nach Wiesn-Art	10	19
Ofenblech „Neue Ernte“ mit Gemüse und Koteletts	6	43
Ofen-Kabeljau in Tomatensoße	6	19
Ofenkartoffeln de luxe, zweierlei	2	50
Ofenkraut mit Chorizo, sahniges	3	42
Ofenkürbis „Erntedank“ mit Bratwurst	10	8
Ofentomaten, gefüllte, mit feurigem Mett	8	10
Osterschinken im Brotteig	4	10



*Putenkrüstchen-Hokkaido-Gratin
Heft 9 Seite 7*

Pizza, Asia-, mit saftigem Hack	1	37
Pizza picante mit Chorizo und Gorgonzola	3	28
Pollo con aglio al forno	9	30
Putenbraten mit Bärlauchgeheimnis	5	24
Roastbeef „Bavaria“ mit Semmelknödelkruste	10	13

	Heft / Seite
Schnitzelchen im Nudelnest	3 16
Schweinebraten, französischer nach Art der Bäcker	10 15
Schweinefilet alla Siciliana mit Spinatnudeln	4 22
Seelachs, gebackener, in Currycreme	10 30
Spargel-Quiche	5 9
Spitzkohlröllchen mit Tomatensoße	4 18
Süßkartoffel-Lasagne „Winterzauber“	1 17

KARTOFFELGERICHTE

Backkartoffeln und Grillzwiebel-Steaks	1 31
Bratkartoffeln nach Oma Gertrud, Sauerfleisch „Glückauf“ mit Bratkartoffeln vom Blech mit Putenbällchen	8 51
	11 49



*Südtiroler Kasknödel mit Kalbsragout
Heft 3 Seite 14*

Erdapfelsalat, Kasseler mit herbstlichem	11 49
Grüne Klöße aus dem Erzgebirge	12 48
Haselnuss-Kartoffelstampf, Zitronenschnitzelchen zu Himmel-und-Erde-Auflauf mit Blutwurststreuseln	10 29
	9 10
Kartoffelgratin, Parmesan-Kartoffel-Gyros-Pfanne „Akropolis“	12 37
Kartoffel-Haselnuss-Nocken, Rehragout à la Sauerbraten zu Kartoffelpüree, Avocado-, mediterrane Hacksteaks auf Kartoffelsalat, Fischbuletten „Ahoi“ auf Kartoffel-Steak-Pfanne mit Kräutersoße	9 17
Kartoffelsalat à la Frikassee	3 8
Kasknödel mit Kalbsragout, Südtiroler	3 14
Lachs-Kartoffel-Auflauf	11 21
Ofenkartoffeln de luxe, zweierlei	2 50
Pellkartoffelessen, großes, mit dreierlei Dips	6 41
Pellkartoffeln mit frühlingshaftem Radieschenquark	5 30

	Heft / Seite
Schmorgurkenpfanne „Valencia“	7 41
Schweinefilet nach Gyros-Art	4 17
Senfkartoffeln, Hähnchenkrüstchen mit Süßkartoffel-Curry	2 18
Süßkartoffel-Curry	4 52
Süßkartoffelschnitzel, krosse Süßkartoffel-Spinat-Quiche aus der Pfanne	5 35
	3 18
Weinkartoffeln, Hasselback vom Lachs mit	5 44

NUDEL-, REIS- & GETREIDEGERICHTE

Allgäuer Käsknöpfe, überbackene	11 20
Asiawok „Knackiger Biss“	5 20
Avocado-Spaghetti, Minutensteaks mit Tomatentatar auf	7 18
Bolognese, Cranberry, mit Feta	12 38
Brätbällchen-Gratin in Paprikasahne	2 28
Bratnudelsalat, würziger	8 36
Bratreis „Acapulco“, mexikanischer	5 15
Côte de Bœuf mit Rosmarin-Gnocchi	5 46
Frikassee „Diavolo“	3 9
Gemüseries, Pistazienschnitzel mit Gemüse-Tagliatelle, Fenchelschiffchen mit Gerstensuppe, Meraner	6 27
	9 15
Gnocchi-Lachs-Pfanne mit Spinat	3 13
	2 28
Hackpfannkuchen, gratinierte	2 15
Krautnudeln, Hack-Muffins mit Kürbis-Nudel-Topf, cremiger	11 19
	11 9
Lachs-Spaghetti mit Petersilienwurzel-Pesto	12 20
Makkaroni-Lasagne mit 3-Käse-Haube	9 9
Makkaroni-Schinken-Auflauf alla carbonara	4 26
Mie-Nudeln à la Bangkok	6 13
Nudelnest, Schnitzelchen im Nudeltopf con verdure	3 16
	1 12
Pasta picante mit Tomaten-Kapern-Soße	5 30
Penne mit Linsen-Bolognese	8 40
Penne „Vier Jahreszeiten“	6 12
Pfannkuchen-Wrap „Viva Mexico“	4 28
Polenta, Würzgulasch mit cremiger	3 12
Reis, Lammhaxen auf orientalischem	4 8
Risotto-Blumenkohl, mit Pilzen	1 17
Risotto und Schnitzel, gebratene Schwarzwurzeln zu	1 45
Rübli-Rigatoni mit Kasseler	1 38
Schinken-Pfannkuchen mit Gurkensalat	7 17
Schupfnudel-Pfanne, Gyros-Sommernudeltopf mit Kabanossi	1 37
	8 20
Spätzle, Linseneintopf mit Spaghetti carbonara mit Rucola	3 18
	6 11
Spaghetti mit würzigen Kräuterbröseln	10 30
Südtiroler Pressknödel mit Gorgonzola	10 20
Süßkartoffel-Curry (mit Quinoa)	5 52

	Heft / Seite
Tagliatelle, gebratener Spargel mit	5 12
Tagliatelle mit Hasenragout	11 11
Thunfisch-Linguine mit Chili	6 27
Tortellini-Auflauf „Familienglück“	10 20
Tortellini-Hack-Pfanne mit Tomaten	4 28
Tortelloni in Porreerahm, gratinierte	8 30
Tortelloni-Gratin mit Bratwurststreuseln	6 12

SALATE

Asia-Gurkensalat, Fisch in Pergament zu	7 46
Blumenkohlsalat, gerösteter, mit Geschnetzeltem	12 19
Bohnensalat nach Gärtner-Art, Frikadellen auf	6 9
Bratnudelsalat, würziger	8 36
Caesar-Spinatsalat mit Putenstreifen	8 29
Chefsalat mit Bratgemüse	8 18
Couscous-Salat mit vielen Extras	5 36
Dinkel-Gemüse-Salat, Hüftsteak auf	9 48
Erdapfelsalat, Kasseler mit herbstlichem	11 49
Feldsalat, Hüttenkäse-Taler auf	3 45
Fitness-Salat, fruchtiger	3 41
Graupensalat, Rumpsteakstreifen mit Kaffeepfeffer auf	11 40
Hähnchenleber-Salat mit Johannisbeeren	7 28
Hähnchen-Penne-Salat mit Portulak	6 45
Herbstsalat mit Avocado und Hanföl-Dressing	10 43
Insalata caprese con pesto	9 29
Kartoffelsalat à la Frikassee	3 8
Kartoffelsalat, bayerischer	10 19
Kartoffelsalat, Fischbuletten „Ahoi“ auf	5 44
Kartoffelsalat mit Räuchermakrele	6 42
Kartoffelsalat und Matjes nach Hausfrauenart	7 19
Kichererbsensalat, orientalischer	1 37
Konfettisalat, lecker-lustiger	6 32



*Hüttenkäse-Taler auf Feldsalat
Heft 3 Seite 45*

	Heft / Seite		Heft / Seite
Krautsalat „Der Duft des Morgenlandes“	11	34	
Krautsalat, knackiger Mango-	7	15	
Maissalat, kunterbunter, „Fiesta Mexicana“	7	36	
Maronen-Salat mit Steakstreifen	10	49	
Nudelsalat, grüner, mit Kräuterschnitzel	9	36	
Nudelsalat, Ruck-zuck-, mit Asiatrick	6	33	
Pfannen-Salat, bunter	1	42	
Rettichsalat, Tonkatsu-Schnitzel vom Schwein mit	8	14	
Rote-Bete-Linsen-Salat zu Kotelett	9	13	
Rotkohlsalat mit Feta	1	33	
Salatplatte von Grillgemüse	7	10	
Salat, sonniger, mit Zitronendressing	8	8	
Spinat-Fenchel-Salat, Fischfilet in Nusspanade mit	10	21	
Waldorfsalat, knackiger	10	37	
Weißkraut-Specksalat	2	36	
Winter-Rohkost, Feta-Knuspersticks auf	2	8	

SOSSEN, DIPS & AUFSTRICHE

Aprikosen-Lauchzwiebel-Salsa	7	15	
Blitz-Burgersauce	8	37	
Cranberrychutney	12	39	
Frankfurter grüne Soße zu Tafelspitz	4	43	
Frischkäse-Schinken-Aufstrich, Westerwälder Kartoffelbrot mit	11	55	
Guacamole mit Limette	7	34	
Joghurt-Feta-Tsatsiki	4	35	
Joghurt-Minz-Soße	11	32	
Mandarinen-Chili-Soße	11	32	
Pak-Choi-Soße	11	30	
Paprika-Walnuss-Dip	11	32	
Pesto-Puzzle, köstliches	9	15	
Pink Hummus	11	32	
Quick-Dip mit Tomaten und Salzmandeln	6	35	
Remoulade, Manis	8	51	
Tomatensoße „Salsa di pomodoro“	7	55	

SCHNELL & PFIFFIG

Arme-Ritter-Sandwiches	5	28	
Asia-Nudel-Tasse, „Tut gut“	12	42	
Blumenkohlsalat, gerösteter, mit Geschnetzeltem	12	19	
Bratreis „Acapulco“, mexikanischer	5	15	
Bratwurst-Bohnen-Pfanne in Biersauce	12	19	
Bratwurst nach Landfrauen-Art	1	38	
Bratwurst zu glasierten Gartengemüse	8	29	

Caesar-Spinatsalat mit Putenstreifen	8	29	
Camembert, gebackener, mit Cranberrychutney	12	39	
Caprese-Hähnchen, gratiniertes	5	17	
Chorizo-Pizza, spanische	9	36	
Eier in Lachs-Senfsoße	6	28	
Eier, pochierte, auf Rahmspinat	11	37	
Eier, wachsweiße, in fruchtiger Currysoße	5	28	
Flammkuchen-Schnecken, pikante Frittata-Muffins	8	29	
	1	9	
Garnelen-Brokkoli-Pfanne	1	19	
Geschnetzeltes „Asia Style“ in Erdnuss-Soße	4	26	
Gnocchi-Lachs-Pfanne mit Spinat	2	28	
Gnocchi, süße, nach Südtiroler Art	9	35	
Grießschmarrn, Allgäuer	7	28	
Gyros-Schupfnudel-Pfanne	1	37	
Hack-Bowl, Thai-, scharfe	10	29	
Hack-Käse-Sandwiches	3	30	
Hähnchen-Curry „Madras“	7	27	
Hähnchenleber-Salat mit Johannisbeeren	7	28	
Hähnchen-Linsen-Eintopf, wärmender	10	29	
Hähnchenragout, frühlingseichtes	4	26	
Hawaii-Brote aus dem Ofen	6	27	
Jäger-Pfanne, schnelle	6	18	
Jägerschnitzel-Stulle, rustikale	11	38	
Käse-Porree-Suppe mit Hackflockchen	11	37	
Kartoffel-Möhren-Gulasch	2	30	
Kartoffel-Steak-Pfanne mit Kräutersauce	5	14	
Kasseler, asiatisches, auf Zuckerschotenreis	12	19	
Kasselerkotelett auf ungarische Art	3	28	
Kasselerkoteletts mit Asia-Kraut und Schupfnudeln	11	37	
Kichererbsensalat, orientalischer	1	37	
Lachskoteletts zu buntem Coleslaw	9	19	
Lachs-Spaghetti mit Petersilienwurzel-Pesto	12	20	
Maiscremesuppe, mexikanische	8	29	
Makkaroni-Schinkenauflauf alla carbonara	4	26	
Maultaschen-Lasagne, schwäbische	1	8	
Mie-Nudeln à la Bangkok	6	13	
Mohnschmarrn mit Erdbeersalat	5	28	
Nudelsalat, grüner, mit Kräuterschnitzel	9	36	
Nugget-Gratin à la Texmex	12	20	
Omelett mit Pilzen und Spinat	5	16	
Paprika-Geschnetzeltes, Asia-	1	7	
Pasta picante mit Tomaten-Kapern-Soße	5	30	
Pellkartoffeln mit Radieschenquark	5	30	
Penne „Vier Jahreszeiten“	6	12	
Pistazienschnitzel mit Gemüseris	6	27	
Pizza, Asia-, mit saftigem Hack	1	37	
Pizza picante mit Chorizo und Gorgonzola	3	28	
Poké-Bowl mit Pute	11	38	
Radieschen-Minz-Suppe, leichte	6	27	
Rib-Eye-Steaks „Schöner Feierabend“	8	30	
Risotto, Blumenkohl-, mit Pilzen	1	7	

	Heft / Seite		Heft / Seite
Rotbarschfilet auf Wirsing-Kartoffel-Gemüse	1	7	
Rübli-Rigatoni mit Kasseler	1	37	
Schlemmerschnitten mit Steakstreifen	9	35	
Schweinelenenden, rheinische	2	28	
Schweinemedallions zu Gartengemüse	9	35	
Seelachs, gebackener, in Currycreme	10	30	
Seelachs in Eihülle auf Paprikagemüse	7	24	
Senfeier-Ragout mit Knusperfleisch	9	35	



Mie-Nudeln à la Bangkok
Heft 6 Seite 13

Sommererbsensuppe mit gratinierten Brotsticks	7	24	
Sommernudeltopf mit Kabanossi	8	20	
Spaghetti carbonara mit Rucola	6	11	
Spaghetti mit würzigen Kräuterbröseln	10	30	
Spargelpfanne nach italienischer Art, mit Gnocchi	6	28	
Steak „Madagaskar“ mit Zitronenspargel	5	28	
Steak-Sandwich mit Knusperzwiebeln	1	37	
Steakstreifen in Pfefferrahm zu Bandnudeln	12	31	
Thunfisch-Linguine mit Chili	6	27	
Tomaten-Kokos-Suppe mit Käsetoast	12	19	
Tomatensuppe mit Vitaminkick	3	30	
Tomaten-Hähnchen, gratiniertes	11	37	
Tortellini-Hack-Pfanne mit Tomaten	4	28	
Tortelloni in Porreeahm, gratinierte	8	30	
Tortelloni-Gratin mit Bratwurststreuseln	6	12	
Tortillawaffeln „Acapulco“	10	29	
Zitronenschnitzelchen zu Haselnuss-Kartoffelstampf	10	29	
Zwiebelsuppe, cremige, mit Speckkrokant	2	28	

INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN

Asiawok „Knackiger Biss“	5	20	
Asia-Nudel-Tasse, „Tut gut“	12	42	
Bratreis „Acapulco“, mexikanischer	5	15	
Chorizo-Topf, spanischer	6	42	
Côte de Beauf mit Rosmarin-Gnocchi	5	46	

	Heft / Seite
G eschnetzeltes „Asia Style“ in Erdnuss-Soße	4 26
Gulaschsuppe, Szegediner	1 12
H ähnchen-Cassoulet, wohltuendes Hühnereintopf, türkischer	11 7 12 43
K artoffelpuffer, tschechische, „Bramboráky“	2 57
Kasknödél, Südtiroler, mit Kalbsragout	3 14
Kasselerkotelett auf ungarische Art	3 28
Kichererbsensalat, orientalischer	1 37
Kohlrouladen auf rumänische Art	10 53
L ammhaxen auf orientalischem Reis	4 8
M akkaroni-Schinken-Auflauf alla carbonara	4 26
P aprika-Geschnetzeltes, Asia- Pfannkuchen-Wrap „Viva Mexico“	1 7 4 28
Pizza, Asia-, mit saftigem Hack	1 37
Poké-Bowl mit Pute	11 38



Szegediner Gulaschsuppe
Heft 1 Seite 12

P oulet provençal – Huhn auf provenzalische Art	6 55
S chottische Eier	4 13
Schweinefilet alla Siciliana mit Spinatnudeln	4 22
Schweinefilet nach Gyros-Art	4 17
Smørrebrød, Variationen von	6 53
T andoori-Fleischbällchen, pikante Thai-Curry, fruchtiges Thai-Hack-Bowl, scharfe	2 13 12 39 10 29

EINMACHEN & EINLEGEN

A jvar, feuriges	9 44
Apfel-Holunder-Gelee	8 63
B eerenaufstrich „Wald & Garten“ Birnen-Chutney	8 63 9 24
E rdbeer-Lemon-Konfitüre	6 62
F eigensenf, fruchtiger	9 44

	Heft / Seite
G ewürzgurken, Omas	7 43
H olunderblüten-Sirup, Gittas	6 64
K imchi, exotischer Kirschkonfitüre mit Schokolade	9 45 4 55
M uskatkürbis-Konfitüre	10 8
P firsich-Brombeer-Schichtkonfitüre Pflaumenkonfitüre ganz pur	8 63 8 63
T omatensoße „Salsa di pomodoro“	7 55
Z ucchini, süßsaure	9 44

GESUNDE KÜCHE

Ohne Fleisch

A llgäuer Käsknöpfe, überbackene Auberginen-Cannelloni, gratinierte	11 20 8 20
B ifteki, vegetarische, mit Kräuterjoghurt	9 49
C hampignon-Cheeseburger Cloud Eggs auf Süßkartoffelsuppe	7 27 4 14
E ier in Senfsoße nach Art von Mama Eier, wachsweiße, in fruchtiger Currysoße	2 30 5 28
F alafel, knusprige Feta-Omelett, fluffiges, „Frühlingserwachen“ Fleischlos glücklich mit Halloumi und Gemüse Frühlingzwiebelsüppchen	11 30 4 44 7 14 5 25
G emüseauflauf mit Kerbel-Béchamel Gemüsepommes mit Olivendip Gemüsespaghetti in Gorgonzolasoße	5 20 10 42 7 45
I ngwer-Sirup	2 45

K artoffel-Gyros-Pfanne „Akropolis“ Kichererbsen-Curry mit Grünkohl Kichererbsensalat, orientalischer Kürbis-Nudel-Topf, cremiger Kürbis-Zucchini-Auflauf	9 17 11 50 1 37 11 9 12 32
L insensuppe, goldene	5 54
M aiscremesuppe, mexikanische Majoran-Salbe	8 29 2 44
N udeltopf con verdure	1 12
O fengemüse-Salat, „Heißes Blechle“ Omelett mit Pilzen und Spinat	1 41 5 16
P asta picante mit Tomaten-Kapern-Soße Pastete, vegetarische, à la Wellington Pfannkuchen-Wrap „Viva Mexico“ Pffifferlings-Quiche „Weidmannsgruß“ Pizza alla caprese mit Ziegenkäse	5 30 12 53 4 28 7 18 6 18
R adieschen-Minz-Suppe, leichte Rosenkohl-Antipasti mit Nüssen und Feta	6 27 10 42

	Heft / Seite
S chlemmer-Sandwich mit Veggie-Bolognese	4 51
Schwarzwurzelpommes in Orangenmarinade	1 46
Sommererbsensuppe mit gratinierten Brotsticks	7 24
Spaghetti carbonara mit Rucola	6 11
Spaghetti mit würzigen Kräuterbröseln	10 30
Spargel-Antipasti mit Erdbeeren	7 47
Spargel, gebratener, mit Tagliatelle	5 12
Spargel, mariniertes, zu Burrata	6 24
Spargelpfanne nach italienischer Art mit Gnocchi	6 28
Spinatsuppe „Grüne Magie“	3 46
Südtiroler Pressknödél mit Gorgonzola	10 20
Süppchen, belebendes, mit Burrata	8 9
Süßkartoffel-Curry	5 52
Süßkartoffelsalat „Drauß' vom Walde“	12 24
T hymian-Tee	2 45
Tomaten-Kokos-Suppe mit Käsetoast	12 19
Tomatensuppe mit Vitaminkick	3 30

Z iegenkäse, gegrillter, im Walnussmantel	6 33
Zucchini-Reis-Auflauf, goldener	9 8

Kalorienarm

A uberginengratin, italienisches, mit Salsicce	7 45
Avocado-Sandwich, exotisches	6 4
B ifteki, vegetarische, mit Kräuterjoghurt Bowl, fruchtige Sattmacher- Bratkartoffeln vom Blech mit Putenbällchen	9 49 3 44 11 49
E ier, wachsweiße, in fruchtiger Currysoße	5 28
F isch in Pergament zu Asia-Gurkensalat	7 46
G emüseauflauf mit Kerbel-Béchamel Gemüsespaghetti in Gorgonzolasoße Gerstensuppe, Meraner	5 20 7 45 3 13
H ähnchen-Penne-Salat mit Portulak Herbstsalat mit Avocado und Hanfö-Dressing	6 45 10 43
Hühnereintopf, türkischer	12 43
Hühnersuppe à la Frikassee	12 42
Hüttenkäse-Taler auf Feldsalat	3 45
Huftsteak auf Dinkel-Gemüse-Salat	9 48
K abeljauauflauf, portugiesischer	11 51
Kartoffel-Gyros-Pfanne „Akropolis“	9 17
Kartoffel-Möhren-Gulasch	2 30
Kasseler mit herblichem Erdapfelsalat	11 49
Kichererbsen-Curry mit Grünkohl	11 50
Kürbis-Zucchini-Auflauf	12 32
Kurkuma-Paste	2 47
L achskoteletts zu buntem Coleslaw	9 19
Lachsstäbchen auf Fenchelgemüse	8 41
Linsensuppe, goldene	5 54
Linsensuppe, orientalische mit Koriander-Topping	12 41
M aiwirsing-Puffer mit Krabben, gebratene Meerrettich-Tinktur	6 47 2 47

	Heft /	Seite
Nudeltopf con verdure	1	12
Omelett mit Pilzen und Spinat	5	16
Overnight Oats mit Beeren	9	48
Pancakes, Kamut-, mit pikanter Salatfüllung	9	47
Penne mit Linsen-Bolognese	8	40
Pellkartoffeln mit Radieschenquark	5	30
Pomelo-Lachs-Ragout	2	42
Power-Schnittchen	3	46
Putenrouladen mit Pilzfüllung und Kohlrabipüree	8	42
Putenschnitzel in Zwiebel-Kirschtomaten-Soße	9	18
Rosenkohl-Antipasti mit Nüssen und Feta	10	42
Rübenstampf zu Fischfilet	2	9
Spargel-Antipasti mit Erdbeeren	7	47
Spinatsuppe „Grüne Magie“	3	46
Süßkartoffel-Curry	5	52
Zwiebel-Tropfen	2	47

FÜR GÄSTE & FESTE

Backkartoffeln und Grillzwiebel-Steaks	1	31
Baguette, „angesähtes“ mit Pute, Käse und Birne	12	27
Barbecue-Bohnen, fixe	7	34
Barbecueplatte, die große	6	34
Bratnudelsalat, würziger	8	36
Brotpralinen, zweierlei, mit Zwiebelconfit	10	37
Brownie, supersaftiger	10	38
Camemberttorte, gebackene, mit Feigen	10	35
Cappuccino-Schoko-Pudding mit Grütze	2	38
Couscous-Salat mit vielen Extras	5	36
Eiskonfektbecher „Goldene Himbeere“	3	38
Falafel, knusprige	11	30
Fladenbrote, zweierlei	11	33
Flammkuchenkörbchen mit Rührei	4	34



Fisch in Pergament zu Asia-Gurkensalat
Heft 7 Seite 46

	Heft /	Seite
Gazpacho mit Chili-Croûtons	7	37
Gemüsekeessel, dampfender	1	32
Glühwein, -Blutorangen	1	31
Grillgemüse, Gute-Laune-	6	36
Grillplatte „Ente gut, alles gut“	1	31
Grünkohlplatte „Achtern Diek“	2	36
Guacamole mit Limette	7	34
Gurken-Sombreros	7	37
Hackbällchen, glasierte „Schöne Bescherung“	12	25
Heiß und Eis mit Ananas	6	37
Insalata caprese con pesto	9	29
Involtini di vitello	9	31
Jahrmarkt-Champis, marinierte	8	36
Joghurt-Feta-Tsatsiki	4	34
Joghurt-Minz-Soße	11	32
Kartoffel-Flammkuchen	10	35
Keulchen, Picknick-	5	35
Knobi-Brötchen, ofenfrische	8	35
Kraftbrühe, wohltuende	2	35
Krautsalat „Der Duft des Morgenlandes“	11	34
Krautsalat-Puten-Wrap	2	34
Köfte, aromatische	11	30
Konfettisalat, lecker-lustiger	6	32
Linsefrikadellen, vegetarische	4	34
Maissalat „Fiesta Mexicana“, kunterbunter	7	36
Mandarin-Chili-Soße	11	32
Mandeln, gebrannte, vom Grill	1	34
Maronensuppe „Warm ums Herz“	12	26
Melone, gefrorene, am Stiel	7	38
Müsli, Langschläfer-, fruchtiges	4	36
Nachos mit Käse-Hack-Soße, „The Mexican“-	3	35
Nudelsalat, Ruck-zuck-, mit Asiatrick	6	33
Ofenäpfel „O du fröhliche“	12	28
Orangenkuchen, supersaftiger	5	38
Pak-Choi-Soße	11	30
Paprika-Popcorn „Kiss the cook“	3	37
Paprika-Walnuss-Dip	11	32
Pies, „Der Herr der Ringe“-	3	34
Pink Hummus	11	32
Pizzabrötchen Margherita	5	34
Pollo con aglio al forno	9	30
Popcorn, süßes, „Chocolat“	3	37
Putenhäppchen im Schlafrock	4	34
Quick-Dip mit Tomaten und Salzmandeln	6	35
Rhabarber-Apfel-Crumble	4	39
Rinder-Carpaccio, geflammtes	9	28
Rinderchili, feuriges	7	34
Rosmarinlachs, gebeizter, & Rote-Bete-Salsa	4	37
Rotkohlsalat mit Feta	1	33
Schnittlauch-Dip „Soul Kitchen“	3	35
Schweinenacken, zerzupfter, „Pulled Pork“	8	37
Semifreddo alla straciatella	9	33
Spieße, „Fluch der Karibik“-	3	36
Stockbrot, goldbraunes	1	33



Maronensuppe „Warm ums Herz“
Heft 12 Seite 26

Süßkartoffelsalat „Drauß' vom Walde“	12	24
Süßkartoffel-Schnitzel, krosse	5	35
Tomatensuppe, geröstete	5	37
Torta tres leches	7	38
Waldorfsalat, knackiger	10	37
Weißkraut-Specksalat	2	36
Ziegenkäse, gegrillter, im Walnussmantel	6	33
Zwiebelsuppe mit Käse	10	35

GETRÄNKE

Aperol „Limetta“	9	27
Apfel-Kräuter-Limonade	5	34
Apfelstrudel-Punsch	2	34
Blutorangen-Glühwein	1	31
Erdbeer-Gin-Cocktail	1	55
„Ferris „macht blau“-Brause	3	36
Glüh-Gin	12	53
Kaffeelimonade, schwedische	11	43
Kirsche, heiße, mit Holundersirup	12	28
Mojito „Nada Promille“	7	35
Prosecco „Basilico“	9	27
Raffaello-Likör	2	34
Rosé-Fizz mit Kirsche	6	55
Schlemmerkaffee mit Schokolade	11	43
Smoothie „Green Power“	6	46
Sommer-Rotwein „Tinto de verano“	6	35
Tequila-Bowle mit Melone	7	35
Thymian-Grapefruit-Limonade	8	38

BACKEN

Herzhaft

A pfel-Gewürz-Brot, saftiges	2	65
B rezelpudding	10	48
C horizo-Pizza, spanische	9	36
F ladenbrote, zweierlei	11	33
Flammkuchenkörbchen mit Rührei	4	34
Flammkuchen-Schecken, pikante	8	29
Frittata-Muffins	1	9
K affee-Salz-Focaccia zu Tomatensuppe	11	41
Kartoffelbrot, Westerwälder, mit Frischkäse-Schinken-Aufstrich	11	55
Kartoffel-Flammkuchen	10	35
Knobi-Brötchen, ofenfrische	8	35
Kürbis-Hefebrötchen, Luftige	10	8
M öhrenstrudel mit Brokkoli-Dip	9	13
O sterschinken im Brotteig	4	10
P fifferlings-Quiche „Weidmannsgruß“	7	18
Pizza alla caprese mit Ziegenkäse	6	18
Pizza, Asia-, mit saftigem Hack	1	37
Pizzabrötchen Margherita	5	34
Polenta-Quiche mit süßer Paprika	7	7
S alami-Pizza mit Rucola	7	55
Spargel-Quiche	5	9
Stockbrot, goldbraunes	1	33

Süß

A lles-wird-gut-Kuchen mit Kokosstreuseln	1	60
Apfel-Baiser-Streuselkuchen	8	62
Apfelkuchen, schwäbischer, mit Schmandguss	11	65
Apfel-Mascarpone-Torte	9	60
Apfelstrudel, Vinschgauer	3	15
Apfeltarte, bretonische, mit Salzkaramell	9	60
Aprikosen-Cremetorte „Tatin“	8	65
Aprikosen-Butterkuchen, Thymian-Zitronen-Streusel vollenden	7	59
Aprikosen-Tartinchen, sonniges	2	61
B aisernester, fruchtige	4	61
Banana-Hupf mit Pralinen	2	59
Banoffee-Pie mit Brombeeren	10	61
Beeren-Butterstücke, bunte	8	61
Beerensahne-Krone mit Eierlikör	4	63
Birnenkuchen mit Schwips	1	65
Biskuitrolle „Tutti-frutti“	7	65
Blaubeer-Cheesecake im Glas	5	60
Bratapfel-Gitterkuchen	10	62
Brombeer-Brownie-Muffins	8	61
Brownie, supersaftiger	10	38
C akepops, Kleeblatt- Cheesecake im Schokomantel	11	61
Citronelli, erfrischende	12	63
Clementinen-Küchlein, saftige	2	43
Cookies, Streusel-satt- Cranberry-Birnen-Pie	7	63
„Indian Summer“	10	60
D omino-Quitten-Konfekt	12	61



*Wolkenweicher Hefezopf
Heft 4 Seite 62*

E clairs, doppelt gefüllte	11	60
Erdbeereishupf, Schokoknusper verzaubert feinen	7	63
Erdbeermuffins, rüschige	6	63
Erdbeertorte im Karo-Look	6	60
Erdnuss-Schoko-Tropfen, gefüllte	12	62
F erkelchen, zuckersüße	1	59
Früchtekuchen im Glas, feine	12	60
Frühlings-Kranz	4	59
Fürst-Pückerl-Schnitten	3	60
G litterhäuschen-Muffins	4	58
H aferriegel in Nadelstreifen	6	62
Haselnuss-Kirsch-Taler	12	63
Hefezopf, wolkenweicher	4	62
Heidelbeer-Cantuccini-Kuchen	8	60
Himbeer-Schoko-Sehnsucht	5	61
Hot Cross Buns nach Familienrezept	4	54
J ohannisbeer-Joghurtkuchen, Bienenstich-Crunch adelt	7	59
K äsekuchen, Muttis bester	3	59
Käsekuchen, Zebmuster-	6	59
Käsesahnebiskuit „Oma dreht auf“	3	61
Karibikschneitten, doppelt gefüllte	9	63
Kartoffelpralinen, süße, „Panelllets“	11	46
Keks-Waffeln, zuckersüße, am Stiel	8	29
Kibakuchen, schokoladiger	3	65
Kirsch-Röschen „Müßiggang“	2	62
Knusper-Beeren „Rosenrot“	5	62
Knusper-Hanseaten, blühende	5	57
Kokosblechkuchen für die ganze Sippschaft	3	60
Kokosecken „Südeetraum“	5	60
Kokos-Stollen, exotische, Mini	12	59
L ichter-Häuschen „Winterglanz“	12	59
M andelkuchen mit versunkenen Äpfeln	9	62
Mandel-Joghurt-Torte, glutenfreie	4	65
Marmorkuchen de luxe	11	63
Marmor-Mischpoke, fröhliche	3	62
Milchreistörtchen „Guten Rutsch“	1	63
Millionärs-Schatulle, mit Schokolinsen	1	62

O rangenkuchen, supersaftiger	5	38
P flaumen-Pie, saftige	8	59
Pflaumen-Streuseltarte mit Grießschaum	10	60
Pies, Mini-, am Stiel	10	63
Polenta-Ricotta-Kuchen	9	32
„Reif für die Insel“-Törtchen	2	63
Rhabarberkuchen, umgedrehter	5	65
Rumbombe, cremige	9	65
S chichttorte, Zartbitter-, mit Vanillebiskuit	11	60
Schoko-Kaffee-Kuchen, warmer	2	22
Schokokuchen, paradiesischer	9	61
Schoko-Schnäuzchen „Beerentraum“	2	60
Shortbread-Sandwiches mit Vanillecreme	8	48
Stachelbeer-Cheesecake, Makronenstreusel krönen	7	61
T iramisu-Torte mit Quark	10	65
Torta tres leches	7	38
V anillekuchen, spanischer, mit Kirschen	11	62
Vanilletorte, „Feliz Año Nuevo“	1	61
W aldmeister-Törtchen, maigrüne	5	62
Walnussbaiser-Buttercreme-Torte	12	65
Wickelteilchen, Muss-ich-haben-	6	61
Windbeutel mit Quarkcreme	6	65

EXTRA

Plätzchen

A pkosenlebkuchen, supersaftige	11	15
B utterküsschen mit Orangencreme	11	11
G ewürzsterne, blinkende	11	4
I ngwerhäuschen, feine	11	14
K ardamon-Shortbread, edel gefülltes	11	11
Kirsch-Anis-Schnecken mit Mandarinenguss	11	14
Kokosmakronen, luftige	11	5
L imettenstreifen, exotische	11	10
M andelhörnchen, Mini-, mit Schokospitzen	11	6
N usstaler, Schweizer	11	3
S chmusekätzchen, knusperzarte	11	13
Schoko-Konfekt „Weihnachts-Wuff“	11	4
Schokotatzen, Doppeldecker-	11	13
Schwarz-Weiß-Gebäck dreimal anders	11	9
Spekulatius-Tännchen	11	13
W alnussriegel, Florentiner	11	2
Z imt-Mandel-Kekse, knackige	11	7
Zitronenblüten, mürbe	11	6

