

## Jahres- Rezeptregister 2000

Vorspeisen / Snacks	2
Hauptgerichte	
<i>Fleisch</i>	2 – 3
<i>Geflügel</i>	3
<i>Fisch/Meerestiere</i>	3 – 4
<i>Gemüse</i>	4
<i>Eierspeisen</i>	4
Desserts / Süßspeisen	4 – 5
Suppen / Eintöpfe	5
Aufläufe	5
Kartoffelgerichte	5 – 6
Nudel- / Reis- / Mehlgerichte	6
Salate	6 – 7
Soßen / Dips	7
Schnell & pfiffig	7
Für kleine Haushalte	7 – 8
Kinder-Rezepte	8
Internationale Spezialitäten	8 – 9
Einmachen / Einlegen	9
Gesunde Küche	
<i>Vollwertgerichte/ohne Fleisch</i>	9
<i>kalorienarm</i>	9 – 10
<i>für Diabetiker</i>	10
<i>für Allergiker</i>	10
<i>cholesterinarm</i>	10
Für Gäste und Feste	10 – 11
Getränke	11
Backen	
<i>herzhaft</i>	11
<i>süß</i>	12
Feine Pralinen – selbst gemacht	12
7-Tage-Fitness-Diät	12
Warenkunde	12

	Heft / Seite		Heft / Seite		Heft / Seite
<b>Vorspeisen / Snacks</b>					
<b>A</b>					
Antipasti-Platte (italienische)	2	34			
Auberginen mit Schafskäse	6	33			
Auberginenscheiben (gebackene)	8	48			
<b>B</b>					
Bagel mit Räucherlachs	2	46			
Baguette mit Roastbeef	3	56			
Baguette-Happen (bunte)	3	48			
Blattsalat mit Putenstreifen	10	46			
Bohnensuppe mit Pesto	6	48			
Brie (marinierter) mit Nüssen	11	44			
Broccoli-Mett-Pfännchen	5	33			
Broccolisuppe mit Knoblauch-Croustons	5	46			
<b>C</b>					
Calamares mit Knoblauch-Dip	3	48			
Camembert (pikant gefüllter)	1	48			
Champignons (gefüllte)	3	34			
Champignons in Sherry	7	56			
Chicorée mit Tomaten-Thunfisch-Soße	1	48			
Chicorée-Cocktail mit Shrimps	2	20			
Chips & Dips	10	32			
Crevetten-Cocktail mit Mandarinen	11	30			
<b>E</b>					
Edelfisch-Platte	12	28			
Eier (pikant gefüllte) auf Salat	5	46			
Erbsensuppe (frische)	7	48			
<b>F</b>					
Feta-Spieße (bunte) zu Minz-Dip	9	48			
Fisch-Dogs	8	38			
Fischplatte (feine)	3	35			
Fladenbrote (würzig gefüllte)	9	36			
Fleischspießchen (maurische)	7	56			
Forellen-Salat mit Dill-Marinade	4	46			
Frikadellen-Croques mit Feta	8	48			
Frischkäse-Taler mit Schinken	10	46			
Frühlingsquark zu frischem Gemüse	5	46			
Frühlingsuppe	4	32			
<b>G</b>					
Garnelen in Knoblauch	7	56			
Gazpacho	7	57			
Geflügel-Cocktail	4	34			
Geflügel-Dippers auf Salat	1	48			
Gemüse-Bouillon mit Grießnocken	9	24			
Gemüse-Bouillon mit Nudeln	2	46			
Gemüse-Hack-Strudel (kleine)	7	48			
Gemüse-Käse-Flotte mit Dip	8	38			
Gemüse-Pastetchen	11	44			
Gemüse-Sticks und Quark-Kabarett	4	32			
Gewürz-Nüsse	11	31			
Gurken-Süppchen mit Gartenkräutern	6	40			
Gurken-Wurst-Salat	8	48			
Gyros-Taschen mit Feta	10	12			
<b>H</b>					
Hack-Haie (kleine)	8	38			
Hack-Tomatensuppe	10	46			
Hähnchen-Spieße mit Asia-Dip	3	35			
Hummersuppe mit Lachs	12	42			
<b>K</b>					
Käse-Kräcker mit Olivencreme	4	46			
Käse-Mousse auf Kresse & Grapefruits	3	31			
Käse-Petits-Fours (pikante)	10	14			
Käse-Pralinen (dreierlei)	3	35			
Käsesalat mit Senf-Dressing	3	48			
Käse-Schinken-Baguette	4	40			
Kartoffel-Ecken mit Sprossen-Salat	2	46			
Kartoffelsuppe mit Cabanossi	3	48			
Kichererbsenpüree auf Ciabatta	12	42			
Knäckebrot (bunt belegtes)	6	56			
Knoblauch-Brot-Suppe mit pochiertem Ei	4	53			
Knoblauch-Käse-Baguette	6	33			
Kohlrabi-Salat mit Kresse-Schmand	4	19			
Kohlrabi-Schaumsuppe mit Lachs	4	17			
Kokos-Curry-Suppe	8	48			
Kräuter-Ingwer-Muffins	6	40			
Kräuter-Lachs-Nocken	11	20			
Kräuter-Rahmsuppe mit Mettklößchen	9	48			
Krebsuppe (sahnige)	3	34			
<b>L</b>					
Lachs-Crêpe-Röllchen	3	34			
Lachs-Mousse (feine)	4	32			
Lachs-Tatar auf Toast	10	46			
Lauch-Baguettes (überbackene)	2	36			
<b>M</b>					
Mais-Cocktail zu Putenbrust	2	46			
Milchreis mit Erdbeeren	4	40			
Mini-Hack-Burger	3	35			
Mini-Pizzas mit Schinken	5	46			
Müsli-Schnitten (saftige)	4	39			
<b>O</b>					
Obatzda	7	34			
<b>P</b>					
Paprika-Schiffchen mit Feta	3	35			
Paprikaschiffchen mit Käsecreme	7	48			
Pastetchen mit Kasseler-Ragout	4	46			
Peperoni (gefüllte) in Parmesan-Kruste	11	44			
Pfirsich-Sandwich (süßes)	2	44			
Pfirsich-Toasts (gratinierte)	9	48			
Pilz-Bouillon mit Flädle	12	22			
Putenröllchen (pikant gefüllte)	12	42			
Putenröllchen mit Oliven-Käsecreme	3	24			
<b>R</b>					
Räucherlachs auf Gurkensalat	5	24			
Roastbeef-Röllchen mit Tomaten-Dip	8	26			
Röstbrot mit Basilikum-Tomaten	8	22			
Rosenkohlsuppe mit Mini-Puffern	1	15			
Rote-Bete-Rohkost	12	42			
Rotkohl-Salat (pikanter) mit Feta	12	17			
<b>S</b>					
Salat mit Senf-Marinade	1	22			
Salatteller mit Croustons und Ei	2	24			
Salat-Teller mit Knusperspeck	10	22			
Sauerkraut-Salat mit Kasseler-Röllchen	2	42			
Sauerkraut-Salat mit scharfem Dip	11	44			
Schafskäse (gebackener) mit Tsatsiki	5	32			
<b>Schinken-Käse-Ciabatta</b>					
	6	48			
<b>Sechskornbrot (kerniges)</b>					
	11	36			
<b>Shrimps-Cocktail mit Ei</b>					
	7	48			
<b>Spargelcreme mit Zucchini</b>					
	6	24			
<b>Speck-Möhrchen (gratinierte)</b>					
	6	48			
<b>Suppe (sauer-scharfe) mit Garnelen</b>					
	2	54			
<b>T</b>					
Tomaten mit Avocado-creme	8	19			
Tomaten-Bouillon (klare)	4	24			
Tomaten-Mozzarella-Salat mit Pesto	4	38			
Tomaten-Spinat-Salat	6	48			
Tomatensuppe (roh gerührte)	3	30			
Tomatensuppe mit Krabben	8	19			
Tortellini in Brühe	4	46			
Tortilla-Chips (überkrustete)	5	32			
<b>V</b>					
Veggi-Burger (saftiger)	3	42			
<b>W</b>					
Weißkohl-Möhren-Rohkost	9	48			
Wirsingcreme mit Lachs	10	17			
Wurst-Hörnchen	5	33			
<b>Z</b>					
Ziegenkäse (gratiniertes) auf Röstbrot	7	24			
Zitronengras-Essenz mit Koriander-Nocken	1	30			
Zucchini-Käse-Teller	7	35			
Zwiebelsuppe mit Wurst	1	48			
<b>Hauptgerichte</b>					
<b>Fleisch</b>					
<b>C</b>					
Currywurst (feurige)	6	32			
<b>F</b>					
Filet im Frühlings-Gratin	5	24			
Filet mit Trauben-Pilz-Gemüse	12	40			
Filet-Pfännchen mit Speck-Bohnen	4	7			
Filet-Spießchen mit Pflaumen	11	31			
Filetspitzen-Gulasch mit Spargel	6	24			
Fleischkäse mit Senf-Rahmwirsing	10	18			
Fleischkäse-Schnitten (überbackene)	7	34			
Fleischklößchen (kleine)	6	56			
Frikadellen auf Steckrübenmus	2	48			
Frikadellen (Kräuter-) mit Zwiebelsoße	10	48			
Frikadellen zu Steckrübenmus	11	15			
<b>G</b>					
Geschnetzeltes „Bombay“	3	26			
Geschnetzeltes (Zürcher) mit Rösti	1	57			
<b>H</b>					
Hack-Auflauf auf griechische Art	3	9			
Hackbraten (Ananas-) mit Nüssen	5	48			
Hackbraten (Zwiebel-) mit Paprikagemüse	7	24			
Hack-Haie (kleine)	8	38			
Hackröllchen in Tomatensoße	7	7			
Hackrolle mit Schafskäse	2	32			
Hackspieße und Käse vom Grill	8	15			
Hacksteak griechische Art	6	46			
Hacksteaks auf Blumenkohlplatte	3	17			

	Heft / Seite		Heft / Seite		Heft / Seite
Hacksteaks (Western-) mit Pommies und roten Bohnen	1 26	Schweinebraten (feuriger)	7 34	Hähnchen-Schinken-Soße zu Bandnudeln	10 24
<b>K</b>		Schweinebraten mit Ananas-Kraut	1 22	Hähnchen-Schmortopf mit Porree	11 46
Kalbsleber (venezianische)	5 55	Schweinefilet im Wirsingmantel	10 17	Hähnchenteile in Chili-Honig	6 32
Kalbsrücken unter der Zwiebelkruste mit Ratatouille-Sauce	1 30	Schweinefleisch mit Muscheln	4 54	Hasen-Ragout mit feinen Pilzen	12 12
Kaninchen in Zitronensoße	4 8	Schweinelendchen (gefüllte)	2 30	<b>P</b>	
Kaninchen mit Aprikosen-Confit	8 8	Schweinelendchen mit Kräutern	8 50	Pute (saftige) in Thymian-Sahne	12 7
Kasseler in Brioche auf Sauerkraut	12 9	Schweinschaxn auf Kraut	11 53	Puten-Blumenkohl-Curry	3 20
Kasseler mit grüner Soße	6 50	Steak in Pfefferlingrahm zu Bohnenpäckchen	7 20	Putenbraten à la Wellington	4 12
Kasseler mit pikantem Lauchgemüse	2 48	Strammer Max mit Schinken	8 50	Putenbrust in Traubensoße mit Möhren	9 24
Kasseler mit Pilzrahm und Spitzkohlspalten	6 19	Sülze mit Röstkartoffeln & Kräuter-Remoulade	5 26	Puten-Geschnetzeltes	7 42
Kasseler zu glasierten Steckrüben	11 16	<b>T</b>		Putengulasch (Aprikosen-)	3 46
Kasseler zu Kürbis-Apfel-Curry	9 17	Tafelspitz auf Bouillongemüse	3 50	Putengulasch mit Paprika-Kraut	1 46
Kasseler zu Möhren und Broccoli	11 46	Tournedos mit Rahm-Champignons	12 10	Puten-Gurken-Ragout in Dillrahm	7 7
Kasselerbraten „Virginia“	10 32	<b>W</b>		Puten-Kebab	6 32
Kotelett mit jungen Möhren	4 44	Wurst mit Linsen	12 50	Putenröllchen mit kerniger Füllung	12 34
Kotelettbraten (glasierter)	10 48	<b>Geflügel / Wild</b>		Putenschnitzel (gepfeffertes)	5 44
Koteletts (Zwiebel-) auf Kürbis-Kartoffeln	1 10	<b>B</b>		Putenschnitzel auf Reis	4 42
Koteletts mit Käsekruste	10 10	Backhendl (steirisches) mit Winzersalat	8 56	Puten-Spieße „Hawaii“	5 32
<b>L</b>		Brathähnchen à la Mexico	9 50	Putensteak (fruchtiges)	12 36
Lamm mit Püreehaube	3 56	Brathähnchen mit Aprikosenglasur	4 48	Putensteaks (zweierlei gratinierte)	9 37
Lammgulasch (provenzalisches)	4 10	<b>C</b>		Putensteaks (gefüllte) in Tomaten-Sahne	2 24
Lammhaxen mit weißen Bohnen	7 50	Chicken Wings mit Apfel-Ingwer-Dip	6 50	Putensteaks mit Mozzarella	10 8
Lammkoteletts provençale	7 10	<b>E</b>		Puten-Zucchini-Röllchen	5 48
Lammlachse in Balsamico-Soße	4 11	Ente (gefüllte) auf Rosenkohl	12 22	<b>R</b>	
Lendchen (zarte) in Riesling-Soße	12 8	Entenbrust mit Pflaumen & Mandeln	10 54	Rahmgeschnetzeltes auf Reis	12 40
<b>M</b>		<b>F</b>		<b>S</b>	
Medaillons mit gratiniertem Pilz-Püree	9 8	Filet (gefülltes)	12 36	Straußen-Chillie (feuriges)	9 56
Mett-Gemüse-Pfanne mit Ei	1 50	Frikassee mit Blätterteigkruste	3 50	<b>W</b>	
Minutensteaks mit Pfeffersoße	9 46	<b>G</b>		Wildgulasch mit Apfel & Calvados	11 20
<b>P</b>		Gänsebrust mit Feigen in Cognac-Soße	12 7	<b>Fisch / Meerestiere</b>	
Pfefferfilet-Pfännchen mit Gemüse	3 10	Gansl (Martini-) mit Semmelknödeln	11 52	<b>D</b>	
Pfeffertopf à la Stroganoff	9 38	Geflügel-Spieße mit Püree	2 44	Dorade (knusprige) zu gemischtem Salat	8 13
<b>R</b>		<b>H</b>		Dorsch in Senfsoße	9 44
Rippchen zu Schmortomaten	8 21	Hähnchen „piri-piri“	4 54	<b>F</b>	
Roastbeef in Kräuter-Vinaigrette	12 28	Hähnchen (Rosmarin-Zitronen-)	6 38	Fisch (gratiniertes) in Senfcreme	1 46
Rouladen mit Pilzen und Broccoli	10 22	Hähnchen (Sherry-) auf Gemüse	3 24	Fisch-Curry (Sindbads)	10 26
Rumpsteak mit Tomaten-Pilzsoße	11 42	Hähnchen auf Tomaten-Lauch-Gemüse	7 46	Fisch-Dogs	8 38
<b>S</b>		Hähnchen & Gemüse mit Olivenpüree	8 7	Fischfilet in Kartoffel-Senf-Kruste	6 50
Saltimbocca alla romana	12 50	Hähnchen (Knusper-) & Kartoffelsalat	7 28	Fisch-Gemüse-Pfanne	4 48
Saté-Spieße mit Erdnusssoße	2 55	Hähnchen „Teriyaki“ zu Brat-Rosenkohl	1 15	Fischhappen „süß-sauer“	5 38
Schinkenbraten mit Senfkruste	4 24	Hähnchen zu Curry-Cashew-Gemüse	10 38	Fisch-Ragout (fruchtiges)	8 50
Schnitzel (Salbei-) mit glasierten Möhren	7 40	Hähnchen-Chili mit roten Linsen	8 42	Fischragout zu Zitronen-Wildreis	10 55
Schnitzel (gratinierte) mit Spargel	5 20	Hähnchen-Curry (rotes)	2 54	Fischsuppe mit Zuckerschoten	5 36
Schnitzel (panierte) zu Broccoli	9 50	Hähnchenfilet auf Schmorgemüse	9 40	Forelle im Gemüsebett	12 44
Schnitzel (Marsala-) zu gebratenem Chicorée	2 20	Hähnchenfilet in Knoblauch-Creme	12 28	<b>G</b>	
Schnitzelbraten mit Backobst	1 50	Hähnchenfilet mit Rosmarin-Tomaten	10 44	Garnelen in Bohnenpfanne	10 36
Schnitzelbraten mit Mandelkruste	12 44	Hähnchen-Geschnetzeltes „Asia“	4 44	Garnelen mit Röstkartoffel-Curry	9 11
Schnitzel-Reis-Pfanne	6 42	Hähnchen-Gratin in Zwiebelsahne	3 11	Garnelen-Lachs-Spieße	6 32
Schnitzel-Spieß auf Salat	7 42	Hähnchenkeulen (Sesam-) auf Steckrüben	2 9	Garnelen-Pfanne „süß-sauer“	11 22
Schnitzel-Spieße auf Tomaten-Paprika-Reis	9 26	Hähnchen-Pilz-Gulasch mit Rosenkohl	2 8	Garnelen-Reis-Pfännchen	5 48
Schwalbennester auf Frühlingsgemüse	4 6	Hähnchenragout in Sherry-Rahm	11 30	<b>H</b>	
Schweinebauch mit Mett	6 32			Hering (eingelegter)	6 55
				Heringssalat „Hausfrauen-Art“	2 34
				Heringssalat (roter) mit Dill	1 50

	Heft / Seite		Heft / Seite		Heft / Seite
<b>K</b>		Gemüseplatte mit		Eierspeisen	
Kabeljau auf Julienne-Gemüse		Knoblauch-Creme	6 50	<b>E</b>	
in Folie	5 36	Grünkohl-Topf mit Mettwurstchen	1 9	Eier (pikant gefüllte) auf Salat	5 46
Kabeljau-Kotelett in pikanter Soße	10 44	Gurken-Puten-Ragout in Dillrahm	7 7	Eier-Ragout auf indische Art	10 48
<b>L</b>				Eier-Ragout mit Kartoffelplätzchen	2 6
Lachs in Champagner-Soße	12 14	<b>H</b>		<b>O</b>	
Lachs in Gemüse-Paella	2 7	Hirseklößchen auf Tomaten	11 34	Omelett „Funghi“	7 26
Lachs mit Kräutersoße und Bohnen	8 26	<b>K</b>		Omelett (Käse-) mit Pilzen	5 44
Lachs mit Meerrettich-Püree-Kruste	4 14	Kohlrabi „Cordon bleu“	4 18		
Lachs mit Spargel-Blätterteig-Päckchen	5 19	Kohlrabi (gefüllter) mit Pilz-Risotto	6 46		
Lachs (gebratener) nach Graved Art	7 14	Kohlrabi-Kartoffel-Gratin zu Steaks	4 17		
Lachskotelett mit Spinat	3 46	Kürbis-Apfel-Curry zu Kasseler	9 17		
		Kürbis-Tomaten-Topf mit Bacon	9 19		
<b>M</b>		<b>L</b>		<b>Desserts / Süßspeisen</b>	
Maischolle mit Schmorgemüse	5 38	Linsen-Topf mit Mettwurstchen	10 28	<b>A</b>	
Matjesfilet mit Zwiebel-Dill-Creme	7 50	<b>P</b>		Amaretto-Zimt-Creme	11 21
Meeresfrüchte-Salat mit Avocado	9 56	Paprika mit Hirse-Pilz-Füllung	3 42	Ananas-Kirsch-Kokos-Becher	2 37
<b>S</b>		Pfifferlinge (Rahm-) auf Kartoffelpuffern	8 28	Apfel-Calvados-Sorbet	12 23
Schollenröllchen auf Rahmgemüse	11 46	Pilz-Ragout zu Polenta	12 44	Apfel-Quark-Becher	3 52
Shrimps in Gemüse-Pfanne	10 48	Pumpkin-Pie (amerikanische)	9 18	Apfel-Sahne-Creme mit Himbeeren	10 23
Shrimps-Reis-Pfanne	1 42	<b>R</b>		Apfel-Wein-Suppe	1 52
<b>T</b>		Rahmwirsing (Senf-) mit Fleischkäse	10 18	Aprikosen-Clafoutis	7 52
Thunfisch mit Knoblauch-Püree	7 46	Ratatouille (provenzalische)	8 7	<b>B</b>	
Gemüse		Rosenkohl (Brat-) zu Hähnchen „Teriyaki“	1 15	Bayerische Creme auf Kaki-Früchten	3 52
<b>A</b>		Rosenkohl-Auflauf mit Käsekruste	1 16	Beeren-Kaltschale mit Kokos-Klößchen	7 38
Apfel-Rotkohl mit gefüllten Klößen	12 18	Rotkohltopf mit Kasseler	12 17	Birnen mit Schoko-Mint-Mousse	11 48
Auberginen mit Kartoffel-Knoblauch-Mus	8 11	<b>S</b>		Birnen-Pfannkuchen mit Speck	1 12
<b>B</b>		Sauerkraut-Pfanne mit Austernpilzen	2 40	Bratapfel mit Vanille-Eis	1 35
Blumenkohlplatte mit Hacksteaks	3 17	Schmortomaten zu Rippchen	8 21	Buchtein mit Aprikosen & Mohnbutter	1 13
Blumenkohl-Puten-Curry	3 20	Sommern Gemüse „süß-sauer“	7 13	<b>C</b>	
Blumenkohl-Ragout mit Schinken	7 50	Spargel-Blätterteig-Päckchen zu Lachs	5 19	Campari-Orangencreme	12 29
Blumenkohl-Röschen (knusprige) mit Quark-Dip	3 19	Spargel-Kartoffel-Salat (lauwarmer)	5 19	<b>D</b>	
Bohnen-Hack-Auflauf mit Käsehaube	7 17	Spargelplatte mit zwei Soßen	5 17	Dukatennudeln mit Zimt-Kirschen	11 52
Bohnen-Mais-Gemüse	10 32	Spargel-Ragout „Berliner Art“	5 18	<b>F</b>	
Bohnenpäckchen zu Steak in Pfifferlingrahm	7 20	Spargel-Ragout (grün-weißes) zu Rösti	4 20	Flan caramel mit Früchten	3 25
Bohnenpfanne mit Garnelen	10 36	Spargel-Schinken-Rollen (gratinierter)	4 48	Fruchtgelee mit Vanillehaube	11 48
Bohnen-Topf (bunter) mit Kasseler	7 18	Spitzkohl-Eintopf mit Würstchen	6 19	Fruchtkaltschale mit Grießnocken	5 50
Broccoli-Möhren-Gratin	10 44	Spitzkohl-Ragout mit Käsesoße	4 48	Früchte-Reis mit Mandel-Krokant	7 46
<b>C</b>		Spitzkohl-Röllchen (pikant gefüllte)	6 20	Fürst-Pückler-Creme (schnelle)	5 34
Champignons in Tomaten-Sahne	9 36	Spitzkohlspalten und Kasseler mit Pilzrahm	6 19	<b>G</b>	
Chicorée (gebratener) zu Marsala-Schnitzeln	2 20	Steckrüben (glasierte) zu Kasseler	11 16	Grappa-Melone zu Minz-Joghurt	8 52
Chicorée-Gratin mit Käse & Schinken	2 19	Steckrübenmus zu Frikadellen	11 15	Grieß-Flammeri auf Apfelsoße	9 52
<b>E</b>		Steckrübentaler in Sesam-Hülle	11 15	Grießflammeri mit Erdbeer & Kiwi	4 50
Eierschwammerln mit Sterz	8 56	<b>T</b>		Grießpudding mit Eierlikör	3 52
<b>G</b>		Tomaten (überbackene) mit Spinat	7 50	Grießschaum mit Mandelkrokant	8 52
Gemüse (knackiges Wok-) mit knusprigen Glasnudeln	10 40	Tomaten-Quiche mit Speck	8 20	<b>H</b>	
Gemüse & Croûtons mit Mini-Käsefondue	12 10	<b>W</b>		Himbeer-Dickmilch-Becher	6 52
Gemüse & Hähnchen mit Olivenpüree	8 7	Weißkohl-Curry mit Ei	2 48	Holunder-Birnen-Suppe	10 50
Gemüse-Fisch-Pfanne	4 48	Weißkohl-Pfanne mit Fleischkäse	1 8	<b>J</b>	
Gemüse-Paella mit Lachs	2 7	Wirsing-Auflauf mit Würstchen & Püree	3 8	Joghurt-Mint-Becher mit Kirschen	1 52
Gemüsepfanne (bunte)	6 42	Wirsing-Brot-Auflauf	11 37	<b>K</b>	
Gemüse-Pfanne mit Shrimps	10 48	Wirsingmantel um Schweinefilet	10 17	Keks-Burger mit Mandarinen-Creme	6 52
		Wirsing-Möhren-Topf (leichter)	8 40	Kirschegelee mit Vanille-Sahne	1 23
		<b>Z</b>		Kirsch-Götterspeise	6 33
		Zucchini mit Käse-Kartoffelpüree	9 46	Kirsch-Pfannkuchen vom Blech	6 26
				Kirsch-Quark-Auflauf mit Mandelkruste	3 7
				Kokosbällchen auf Schokosoße	5 50
				Krokant-Pudding auf Orangensoße	1 52

	Heft / Seite
<b>M</b>	
Malaga-Creme (gratinierte)	2 50
Mandelpudding mit Erdbeersoße	5 44
Mandelreis mit Kirschen	11 48
Marshmallow-Pavlova mit Mango	9 57
Mascarpone-Creme mit Erdbeeren	5 25
Milchreis mit Erdbeeren	4 40
Milchreis-Nocken zu Kompott	2 50
Mohn-Marzipan-Quark mit Kirschen	12 46
Mokkacreme (weiße) mit Honig-Feigen	1 31
Mokka-Mousse mit Eierlikör	12 46
Mokka-Pudding mit Mandarinen	2 50
Mousse au Chocolat	9 52
<b>N</b>	
Nuss-Nougat-Quark	10 50
<b>O</b>	
Obstsalat mit Joghurt-Sahne	10 50
Obstsalat mit Joghurt-Soße	6 52
Obstsalat (bunter) mit Vanille-Joghurt	6 24
Obstteller mit Himbeer-Schmand	12 46
Orangen-Karamell-Creme mit Trauben	10 50
Orangenseise mit Bananen	4 50
<b>P</b>	
Pfannkuchen-Turm (süßer)	8 30
Pfirsich in Kirschele	7 25
Pfirsich-Tiramisu	11 48
Pfirsich-Zimt-Parfait	12 46
Pflaumen mit Karamell-Sahne	8 52
Pflaumen & Mirabellen mit Vanille-Sahne	7 35
Portwein-Sahne mit Himbeeren	2 50
Preiselbeer-Quark-Becher	5 50
<b>Q</b>	
Quark-Knödel auf Rhabarber	4 44
Quarkknödel (süße) mit Zimt-Pflaumen	2 26
<b>R</b>	
Rhabarber mit Portweinschaum	5 50
<b>S</b>	
Schoko-Mandel-Pudding	7 52
Segelb(r)ötchen (süße)	8 39
Stachelbeer-Grütze mit Grießschaum	7 52
Stracciatella-Quark mit Mandarinen	4 50
<b>T</b>	
Tiramisu	5 55
Topfenknödel mit Zwetschkenröster	8 57
Trauben in Weingelee	9 52
Trüffelcreme auf Himbeersoße	4 50
<b>U</b>	
Überraschungs-Eier (selbst gemachte)	4 35
<b>V</b>	
Vanille-Eis auf Schokosoße	3 52
Vanille-Heidelbeer-Parfait	7 52
Vanille-Honig-Eis auf Pfirsichmark	4 25
Vanille-Kaffee-Creme	9 25
Vanille-Pflaumen (beschwipste)	1 52
<b>W</b>	
Wackelpeter „Meeresfrüchte“	8 39

	Heft / Seite
<b>Z</b>	
Zitronen-Joghurt mit Honig	9 52
Zitronen-Mousse-Nocken	6 52
Zitronensorbet (erfrischendes)	8 52
Zitronentörtchen mit Orangensoße	2 25
Zitronen-Vanillecreme auf Fruchtpüree	8 27
<b>Suppen / Eintöpfe</b>	

<b>A</b>	
Asia-Suppe (pikante)	9 42
<b>B</b>	
Bohnenuppe mit Pesto	6 48
Bohnen-Topf (bunter) mit Kasseler	7 18
<b>E</b>	
Erbsen-Eintopf mit Grießnocken	1 50
Erbsensuppe (frische)	7 48
Erbsensuppe mit Brotwürfelchen	11 9
<b>F</b>	
Fischsuppe mit Zuckerschoten	5 36
„Flüssige Pizza“ mit Salami	11 7
Frühlingssuppe	4 32
Frühlingssuppe mit Bratwurst-Klößchen	3 28
<b>G</b>	
Gemüsesuppe (bunte)	5 44
Gemüsesuppe (sommerliche)	8 50
Grünkohl-Topf mit Mettwurstchen	1 9
Gurken-Joghurt-Suppe	8 44
Gurken-Suppchen mit Gartenkräutern	6 40
<b>H</b>	
Hack-Tomatensuppe	10 46
Hühnersuppe auf arabische Art	1 35
<b>J</b>	
Joghurt-Krautsuppe mit Fleischbällchen	8 14
<b>K</b>	
Käsesuppe im Krustenbrötchen	1 34
Kartoffel-Lauch-Suppe mit Würstchen	11 42
Kokos-Curry-Suppe	8 48
Kokos-Curry-Suppe mit Hähnchen	11 7
Krebsuppe (sahnige)	3 34
Kürbis-Kraut-Suppe mit Hähnchenfilet	2 40
Kürbis-Rahmsuppe	10 32
Kürbis-Tomaten-Topf mit Bacon	9 19
<b>L</b>	
Linsen-Topf mit Mettwurstchen	10 28
<b>O</b>	
Orangen-Möhren-Suppe	11 10
<b>P</b>	
Pilz-Kartoffel-Topf (würziger)	11 10
Pizza-Suppe mit Cabanossi	2 34
<b>R</b>	
Rotkohltopf mit Kasseler	12 17

	Heft / Seite
<b>S</b>	
Sauerkraut-Bohnen-Topf	11 8
Sojanka mit Hackbällchen	1 35
Spitzkohl-Eintopf mit Würstchen	6 19
<b>T</b>	
Tafelspitz-Bouillon mit Schnittlauch-Klößchen	11 12
Tomatensuppe mit Krabben	8 19
<b>W</b>	
Wirsingcreme mit Lachs	10 17
Wirsing-Möhren-Topf (leichter)	8 40

	Heft / Seite
<b>Aufläufe / Gratins</b>	
<b>B</b>	
Bohnen-Hack-Auflauf mit Käsehaube	7 17
Broccoli-Möhren-Gratin	10 44
<b>C</b>	
Chicorée-Gratin mit Käse & Schinken	2 19
<b>F</b>	
Frühlings-Gratin mit Filet	5 24
<b>H</b>	
Hack-Auflauf auf griechische Art	3 9
Hähnchen-Gratin in Zwiebelsahne	3 11
<b>K</b>	
Kartoffel-Auflauf „Chili con carne“	1 7
Kartoffel-Wurst-Gratin (fränkisches)	10 7
Kartoffel-Wurst-Püree	4 26
Kirsch-Quark-Auflauf mit Mandelkruste	3 7
Kohlrabi-Kartoffel-Gratin zu Steaks	4 17
Kräuter-Kartoffeln (überbackene)	3 13
<b>N</b>	
Nudelauf mit Vier-Käse-Soße	3 12
<b>P</b>	
Pfefferfilet-Pfännchen mit Gemüse	3 10
<b>R</b>	
Rosenkohl-Auflauf mit Käsekruste	1 16
<b>T</b>	
Tortellini-Schinken-Auflauf mit Pilzen	3 7
<b>W</b>	
Wirsing-Auflauf mit Würstchen & Püree	3 8
Wirsing-Brot-Auflauf	11 37
<b>Kartoffelgerichte</b>	
<b>B</b>	
Bauernfrühstück mit Spiegelei	12 24
Bratlinge in Erdnuss-Sesam-Kruste	12 32
<b>C</b>	
Chips (knusprige Ofen-) mit Dips	9 13
<b>G</b>	
Gschwellti mit Käse (Pelkartoffeln mit Käse)	1 57



Heft / Seite

## K

Kartoffel mit Quarksoße	8	44
Kartoffel-Auflauf „Chili con carne“	1	7
Kartoffelgratin und Möhren-Rohkost	8	46
Kartoffel-Käse-Ragout	3	44
Kartoffel-Küchlein mit Kompott	1	46
Kartoffel-Linsen-Salat (pikanter)	3	50
Kartoffel-Maultaschen mit Mett	9	9
Kartoffeln (überbackene Kräuter-)	3	13
Kartoffeln zu Wurstsalat	3	44
Kartoffel-Pfanne (provenzalische)	6	38
Kartoffel-Pfanne mit Wurstbällchen	7	8
Kartoffel-Pilz-Püree (gratinertes) mit Medaillons	9	8
Kartoffelplätzchen mit Eier-Ragout	2	6
Kartoffelsalat (warmer) mit roten Linsen	9	14
Kartoffelschnitze (knusprige)	6	33
Kartoffelspieße mit Kräuterquark	3	46
Kartoffel-Spinat-Knödel auf Tomatensoße	9	7
Kartoffel-Sticks mit Bolognese	9	10
Kartoffel-Waffeln mit Lachs & Schmand	9	12
Kartoffel-Wirsing-Torte mit Schinken	9	7
Kartoffel-Wurst-Gratin (fränkisches)	10	7
Klöße (gefüllte) auf Apfel-Rotkohl	12	18

## P

Pellkartoffeln mit Paprika-Gurken-Quark	7	40
---	---	----

## R

Reibekuchen auf griechische Art	3	50
Röstkartoffel-Curry mit Garnelen	9	11
Röstkartoffeln mit Pesto & Schinken	7	9

## Nudel- / Reis- / Mehlgerichte

### A

Asia-Nudeln (bunte)	4	42
Asia-Nudeln mit Hähnchen & Ei	5	14

### B

Bandnudeln mit Möhren-Walnuss-Soße	12	32
Bandnudeln mit Möhren-Zucchini-Soße	2	48
Bandnudeln mit Spinat & Feta	7	12
Bratnudeln (bunte)	2	28
Bratnudeln mit Gemüse & Ei	10	36
Bratreis „grüner“ mit Pilzen	9	40
Bucatini all'amatriciana	12	51
Buchteln mit Aprikosen & Mohnbutter	1	13

### C

Cannelloni in Tomaten-Sahne	5	9
Crespelle (gefüllte) in Gemüse-Soße	8	10

### K

Kaiserschmarren mit Käse & Speck	10	10
----------------------------------	----	----

### L

Lasagne (Gyros-) mit Schafskäse	5	8
---------------------------------	---	---

Heft / Seite

## M

Maisküchlein (feurige) zu Paprika-Salat	9	46
Makkaroni (Schinken-) mit Broccoli	5	7
Makkaroni-Hack-Torte	4	34

## N

Nudelaufwurf mit Vier-Käse-Soße	3	12
Nudeln in Gorgonzola-Spargel-Creme	5	12
Nudeln mit Broccoli-Pilz-Soße	1	46
Nudeln mit Paprikasoße	11	46
Nudeln mit Shrimps	9	44
Nudelsalat mit Schinken & Mozzarella	6	11
Nudel-Teller (bunter) mit Gemüse-Allerlei	6	28

## P

Paella andaluz	7	56
Paella (Gemüse-) mit Lachs	2	7
Pfannkuchen (Kräuter-) mit Pilzfüllung	9	50
Pfannkuchen mit Spargel & Lachs	3	40
Pfannkuchen (Birnen-) mit Speck	1	12
Pfannkuchen (Kirsch-) vom Blech	6	26
Pfannkuchen-Turm (süßer)	8	30

## R

Reis (Curry-) mit gebratener Banane	1	7
Reis (Früchte-) mit Mandel-Krokant	7	46
Reis (Gemüse-) & Hähnchen	1	42
Reis zu Filet-Rahm	11	38
Reis-Möhren-Puffer	11	38
Reis-Shrimps-Pfanne	1	42
Risotto auf Auberginen und Tomaten	9	50
Risotto mit Erbsen	5	54

## S

Spaghetti in Möhren-Basilikum-Soße	5	13
Spaghetti mit Hähnchen-Safransoße	12	44
Spaghetti mit Oliven-Thunfisch-Soße	5	7
Spaghetti (Tomaten-) mit Scampi	8	12

## T

Tortellini in Käse-Hack-Soße	10	9
Tortelloni mit Tomaten-Basilikum-Soße	1	24
Tortellini-Schinken-Auflauf mit Pilzen	3	7
Tortiglioni mit Tomaten-Puten-Sugo	5	10

## Salate

### B

Bauernsalat (bunter)	6	6
Blattsalat mit Putenstreifen	10	46
Blumenkohlsalat mit Croutons & Ei	3	18
Bohnen-Mais-Salat (scharfer)	2	36
Bohnen-Paprika-Salat mit Pute & Sesam	7	19
Bohnen-Speck-Salat im Tomatenring	6	7

### C

Caesar Salad	10	54
Champignon-Kartoffel-Salat	12	28
Chicorée-Cocktail mit Shrimps	2	20
Chinakohlsalat (asiatischer) mit Lachs	1	38

## F

Forellen-Salat mit Dill-Marinade	4	46
----------------------------------	---	----

## G

Geflügelsalat (fruchtiger)	10	32
Gemüsesalat mit Erdnuss-Soße	8	40
Gurken-Wurst-Salat	8	48

## H

Heringssalat „Hausfrauen-Art“	2	34
Heringssalat (roter) mit Dill	1	50

## K

Käsesalat mit Senf-Dressing	3	48
Kartoffel-Linsen-Salat (pikanter)	3	50
Kartoffel-Linsen-Salat mit Feta	1	40
Kartoffelsalat (warmer) mit roten Linsen	9	14
Kartoffel-Tomaten-Salat mit Pesto-Vinaigrette	6	10
Kohlrabi-Ei-Salat	5	40
Kohlrabi-Salat mit Kresse-Schmand	4	19
Krautsalat (zweierlei)	6	33

## L

Leuchttürme	8	38
-------------	---	----

## M

Meeresfrüchte-Salat mit Avocado	9	56
Melonensalat mit Putenstreifen	7	38
Muschelnudel-Salat	8	39

## N

Nudelsalat (bunter) mit Joghurtsoße	9	42
-------------------------------------	---	----

## R

Rettich-Wurst-Salat	7	35
Rohkost mit Schnittlauch-Joghurt-Soße	2	44
Rohkost-Platte mit zwei Soßen	1	40
Rotkohl-Salat (pikanter) mit Feta	12	17

## S

Salat (fruchtiger) mit Putenstreifen	6	12
Salat mit Senf-Marinade	1	22
Salat-Bar (bunte)	5	34
Salatplatte mit Kasseler, Käse & Ei	6	8
Salatschüssel mit drei Dressings	6	9
Salatteller mit Croutons und Ei	2	24
Salat-Teller mit Knusperspeck	10	22
Sauerkraut-Salat mit Kasseler-Röllchen	2	42
Schicht-Salat (italienischer)	12	29
Schicht-Salat-Torte	7	34
Spargel-Kartoffel-Salat (lauwarmer)	5	19
Spätzle-Salat mit Pfifferlingen	9	37

## T

Tomaten-Käse-Salat	5	40
Tomaten-Mozzarella-Salat mit Pesto	4	38
Tomaten-Nudel-Salat mit Hähnchen	8	46
Tomatensalat mit Thunfischsoße	8	22
Tomaten-Spinat-Salat	6	48

	Heft / Seite
<b>W</b>	
Weißkohl-Möhren-Rohkost	9 48
Weizensalat (knackiger) mit Gouda	5 48
Weizensalat mit Pfefferkäse	11 34
Wurstsalat zu Kartoffeln	3 44

<b>Z</b>	
Zitrus-Salat mit Putenstreifen	1 38

## Soßen / Dips

<b>B</b>	
Balsamico-Soße	6 9
Barbecue-Soße	6 32
Blue-Cheese-Cream	6 9

<b>L</b>	
Lauchzwiebel-Tsatsiki	6 32

<b>S</b>	
Senf-Ei-Dressing	6 9

## Schnell & pfiffig

<b>A</b>	
Aprikosen-Putengulasch	3 46
Asia-Nudeln (bunte)	4 42
Asia-Nudeln mit Hähnchen & Ei	5 14

<b>B</b>	
Bandnudeln mit Spinat & Feta	7 12
Bauernfrühstück (sahniges) mit Spiegelei	12 24
Bauernsalat (bunter)	6 6
Blumenkohlsalat mit Croûtons & Ei	3 18
Bohnenpfanne mit Garneln	10 36
Bratnudeln mit Gemüse & Ei	10 36
Broccoli-Möhren-Gratin	10 44
Bucatini all'amatriciana	12 51

<b>C</b>	
Calamares mit Knoblauch-Dip	3 48
Chicorée (gebratener) zu Marsala-Schnitzeln	2 20

<b>D</b>	
Dorsch in Senfsoße	9 44

<b>E</b>	
Eier-Ragout auf indische Art	10 48

<b>F</b>	
Filet (gefülltes)	12 36
Filet mit Trauben-Pilzgemüse	12 40
Filet-Rahm zu Reis	11 38
Fisch-Ragout (fruchtiges)	8 50
„Flüssige Pizza“ mit Salami	11 7
Forelle im Gemüsebett	12 44
Früchte-Reis mit Mandel-Krokant	7 46

<b>G</b>	
Garnelen-Pfanne „süß-sauer“	11 22
Geflügel-Spieße mit Püree	2 44
Gemüsepfanne (bunte)	6 42
Gemüse-Pfanne mit Shrimps	10 48

	Heft / Seite
Gemüsereis & Hähnchen	1 42
Gemüsesuppe (bunte)	5 44
Geschnetzeltes „Bombay“	3 26
Gurken-Puten-Ragout in Dillrahm	7 7

<b>H</b>	
Hackröllchen in Tomatensoße	7 7
Hackspieße und Käse vom Grill	8 15
Hacksteak griechische Art	6 46
Hähnchen auf Tomaten- Lauch-Gemüse	7 46
Hähnchen-Chili mit roten Linsen	8 42
Hähnchenfilet mit Rosmarin-Tomaten	10 44
Hähnchen-Geschnetzeltes „Asia“	4 44
Hähnchen-Schinken-Soße zu Bandnudeln	10 24

<b>K</b>	
Kabeljau-Kotelett in pikanter Soße	10 44
Käse-Omelett mit Pilzen	5 44
Käsesalat mit Senf-Dressing	3 48
Käse-Schinken-Baguette	4 40
Kaiserschmarren mit Käse & Speck	10 10
Kartoffel-Käse-Ragout	3 44
Kartoffel-Lauch-Suppe mit Würstchen	11 42
Kartoffel-Pfanne mit Wurstbällchen	7 8
Kartoffelspieße mit Kräuterquark	3 46
Kartoffel-Tomaten-Salat mit Pesto-Vinaigrette	6 10
Kartoffel-Wurst-Püree	4 26
Kirsch-Pfannkuchen vom Blech	6 26
Kohlrabi-Ei-Salat	5 40
Kohlrabi-Salat mit Kresse-Schmand	4 19
Kotelett mit jungen Möhren	4 44
Kräuter-Pfannkuchen mit Pilzfüllung	9 50

<b>L</b>	
Lachs (gebratener) nach Graved Art	7 14
Lachskotelett mit Spinat	3 46
Lammkoteletts provençale	7 10

<b>M</b>	
Maisküchlein (feurige) zu Paprika-Salat	9 46
Matjesfilet mit Zwiebel-Dill-Creme	7 50
Melonensalat mit Putenstreifen	7 38
Milchreis mit Erdbeeren	4 40
Minutensteaks mit Pfeffersoße	9 46
Möhren-Walnuss-Soße zu Bandnudeln	12 32

<b>N</b>	
Nudeln mit Broccoli-Pilz-Soße	1 46
Nudeln mit Shrimps	9 44
Nudelsalat mit Schinken & Mozzarella	6 11

<b>O</b>	
Omelett „Funghi“	7 26

<b>P</b>	
Pellkartoffeln mit Paprika- Gurken-Quark	7 40
Puten-Geschnetzeltes	7 42
Putengulasch mit Paprika-Kraut	1 46
Putenschnitzel (gepfeffertes)	5 44
Putenschnitzel auf Reis	4 42
Putensteak (fruchtiges)	12 36

	Heft / Seite
<b>Q</b>	
Quark-Knödel auf Rhabarber	4 44
Quarkknödel (süße) mit Zimt-Pflaumen	2 26

<b>R</b>	
Rahmgeschnetzeltes auf Reis	12 40
Rahm-Pfifferlinge auf Kartoffelpuffern	8 28
Röstbrot mit Basilikum-Tomaten	8 22
Röstkartoffeln mit Pesto & Schinken	7 9
Rotkohl-Salat (pikanter) mit Feta	12 17
Rumpsteak mit Tomaten-Pilzsoße	11 42

<b>S</b>	
Salbei-Schnitzel mit glasierten Möhren	7 40
Sauerkraut-Salat mit Kasseler-Röllchen	2 42
Schinken-Makkaroni mit Broccoli	5 7
Schnitzel-Reis-Pfanne	6 42
Schnitzel-Spieß auf Salat	7 42
Schnitzel-Spieße auf Tomaten-Paprika-Reis	9 26
Shrimps-Reis-Pfanne	1 42
Sommergemüse „süß-sauer“	7 13
Spaghetti mit Hähnchen-Safransoße	12 44
Spaghetti mit Oliven-Thunfisch-Soße	5 7
Strammer Max mit Schinken	8 50
Sülze mit Röstkartoffeln & Kräuter-Remoulade	5 26

<b>T</b>	
Thunfisch mit Knoblauch-Püree	7 46
Tomaten mit Avocadocreme	8 19
Tomaten-Käse-Salat	5 40
Tomatensalat mit Thunfischsoße	8 22
Tortellini in Käse-Hack-Soße	10 9
Tortelloni mit Tomaten-Basilikum-Soße	1 24
Tortiglioni mit Tomaten-Puten-Sugo	5 10
Tournedos mit Rahm-Champignons	12 10

<b>V</b>	
Veggi-Burger (saftiger)	3 42

<b>W</b>	
Wirsing-Möhren-Topf (leichter)	8 40
Wurstsalat zu Kartoffeln	3 44

## Für kleine Haushalte

<b>A</b>	
Aprikosen-Putengulasch	3 46
Asia-Nudeln (bunte)	4 42

<b>B</b>	
Bohnenpäckchen zu Steak in Pfifferlingrahm	7 20
Broccoli-Möhren-Gratin	10 44

<b>C</b>	
Calamares mit Knoblauch-Dip	3 48
Camembert (pikant gefüllter)	1 48

<b>D</b>	
Dorsch in Senfsoße	9 44

	Heft / Seite		Heft / Seite		Heft / Seite
<b>F</b>		<b>Q</b>		<b>Internationale Spezialitäten</b>	
Filet (gefülltes)	12 36	Quark-Knödel auf Rhabarber	4 44	<b>B</b>	
Filet mit Trauben-Pilzgemüse	12 40	Quarkknödel (süße) mit Zimt-Pflaumen	2 26	Backhendl (steirisches) mit	
Filet-Rahm zu Reis	11 38	Quarksoße zu Kartoffel	8 44	Winzersalat	8 56
Fisch (gratiniertes) in Senfcreme	1 46	<b>R</b>		Baguette mit Roastbeef/London	3 56
Fisch-Ragout (fruchtiges)	8 50	Rahmgeschnetzeltes auf Reis	12 40	Böllerwähe (Zwiebelkuchen)/Schweiz	1 56
Forelle im Gemüsebett	12 44	Rohkost mit Schnittlauch-		Bucatini all'amatriciana/Rom	12 51
Früchte-Reis mit Mandel-Krokant	7 46	Joghurt-Soße	2 44	<b>C</b>	
<b>G</b>		Rumpsteak mit Tomaten-Pilzsoße	11 42	Caesar Salad/Kalifornien	10 54
Garnelen-Pfanne „süß-sauer“	11 22	<b>S</b>		Champignons in Sherry/Andalusien	7 56
Garnelen-Reis-Pfännchen	5 48	Schnitzel-Reis-Pfanne	6 42	<b>E</b>	
Geflügel-Spieße mit Püree	2 44	Schnitzel-Spieß auf Salat	7 42	Eierschwammerln mit Sterz/	
Gemüsepfanne (bunte)	6 42	Shrimps-Reis-Pfanne	1 42	Steiermark	8 56
Gemüsereis & Hähnchen	1 42	Spaghetti mit		Entenbrust mit Pflaumen & Mandeln/	
Gemüsesuppe (bunte)	5 44	Oliven-Thunfisch-Soße	5 7	Kalifornien	10 54
Gurken-Joghurt-Suppe	8 44	<b>T</b>		<b>F</b>	
<b>H</b>		Thunfisch mit Knoblauch-Püree	7 46	Fischragout zu Zitronen-Wildreis/	
Hacksteak griechische Art	6 46	Tomaten-Käse-Salat	5 40	Kalifornien	10 55
Hähnchen auf Tomaten-		Tomaten-Mozzarella-Salat mit Pesto	4 38	Fleischklößchen (kleine)/Schweden	6 56
Lauch-Gemüse	7 46	Tomaten-Nudel-Salat mit Hähnchen	8 46	Fleischspießchen (maurische)/	
Hähnchenfilet mit		Tortelloni mit		Andalusien	7 56
Rosmarin-Tomaten	10 44	Tomaten-Basilikum-Soße	1 24	<b>G</b>	
Hähnchen-Geschnetzeltes „Asia“	4 44	Tournodos mit Rahm-Champignons	12 10	Garnelen in Knoblauch/Andalusien	7 56
<b>K</b>		<b>W</b>		Gazpacho/Andalusien	7 57
Kabeljau-Kotelett in pikanter Soße	10 44	Wurstsalat zu Kartoffeln	3 44	Gschwelli mit Käse (Pelkartoffeln	
Käse-Omelett mit Pilzen	5 44	<b>Z</b>		mit Käse)/Schweiz	1 57
Käse-Schinken-Baguette	4 40	Zucchini mit Käse-Kartoffelpüree	9 46	<b>H</b>	
Kartoffelgratin und Möhren-Rohkost	8 46	<b>Kinder-Rezepte</b>		Hähnchen „piri-piri“/Portugal	4 54
Kartoffel-Käse-Ragout	3 44	<b>B</b>		Hähnchen-Curry (rotes)/Thailand	2 54
Kartoffel-Küchlein mit Kompott	1 46	Baum schmuck (bunter)	12 54	Hering (eingelegerter)/Schweden	6 55
Kartoffel-Lauch-Suppe mit		Bratnudeln (bunte)	2 28	<b>K</b>	
Würstchen	11 42	<b>D</b>		Knäckebrot (bunt belegtes)/	
Kartoffelspieße mit Kräuterquark	3 46	Der eilige Nikolaus	11 26	Schweden	6 56
Kohlrabi (gefüllter) mit Pilz-Risotto	6 46	<b>F</b>		Knoblauch-Brot-Suppe mit	
Kohlrabi-Ei-Salat	5 40	Frühlingssuppe mit		pochiertem Ei/Portugal	4 53
Kotelett mit jungen Möhren	4 44	Bratwurst-Klößchen	3 28	<b>L</b>	
Kräuter-Pfannkuchen mit		<b>K</b>		Lamm mit Püreehaube/London	3 56
Pilzfüllung	9 50	Knusper-Hähnchen & Kartoffelsalat	7 28	Limetten-Ingwer-Muffins/London	3 56
<b>L</b>		Krokant-Muffins	12 55	Linsen mit Wurst/Rom	12 50
Lachskotelett mit Spinat	3 46	<b>M</b>		<b>M</b>	
<b>M</b>		Marzipan-Küken	4 28	Marshmallow-Pavlova mit	
Maisküchlein (feurige) zu		Muffins für Mama	5 28	Mango/Australien	9 57
Paprika-Salat	9 46	<b>N</b>		Meeresfrüchte-Salat mit	
Maischolle mit Schmorgemüse	5 38	Nudel-Teller (bunter) mit		Avocado/Australien	9 56
Mandelpudding mit Erdbeersoße	5 44	Gemüse-Allerlei	6 28	<b>P</b>	
Mett-Gemüse-Pfanne mit Ei	1 50	<b>P</b>		Paella andaluz	7 56
Milchreis mit Erdbeeren	4 40	Pfannkuchen-Turm (süßer)	8 30	<b>R</b>	
Minutensteaks mit Pfeffersoße	9 46	Pizza (bunte) auf viererlei Art	9 28	Risotto mit Erbsen/Venedig	5 54
Möhren-Reis-Puffer	11 38	<b>S</b>		<b>S</b>	
<b>N</b>		Sindbads Fisch-Curry	10 26	Saltimbocca alla romana/Rom	12 50
Nudeln mit Broccoli-Pilz-Soße	1 46	<b>W</b>		Saté-Spieße mit	
Nudeln mit Shrimps	9 44	Western-Hacksteaks mit		Erdnusssoße/Thailand	2 55
<b>P</b>		Pommes und roten Bohnen	1 26	Schweinefleisch mit Muscheln/	
Pfirsich-Marzipan-Teilchen	4 44			Portugal	4 54
Pfirsich-Sandwich (süßes)	2 44			Straußen-Chillie (feuriges)/Australien	9 56
Puten-Geschnetzeltes	7 42				
Putengulasch mit Paprika-Kraut	1 46				
Putenschnitzel (gepfeffertes)	5 44				
Putenschnitzel auf Reis	4 42				
Putensteak (fruchtiges)	12 36				



	Heft /	Seite
Suppe (sauer-scharfe) mit Garnelen/Thailand	2	54
<b>T</b>		
Tiramisu/Venedig	5	55
Topfenknödel mit Zwetschkenröster/Steiermark	8	57
<b>V</b>		
Venezianische Kalbsleber	5	55
<b>Z</b>		
Zürcher Geschnetzeltes mit Rösti	1	57
<hr/> <b>Einmachen / Einlegen</b> <hr/>		
<b>B</b>		
Brombeer-Gelee (würziges)	8	46
<b>C</b>		
Caipirinha-Gelee	7	30
<b>H</b>		
Himbeer-Pfirsich-Marmelade	7	30
Honig-Chili-Kürbis	9	20
<b>K</b>		
Kirschen in Whisky	7	30
<b>P</b>		
Pflaumen-Mandel-Konfitüre	7	30
<hr/> <b>Gesunde Küche</b> <hr/>		
Vollwertgerichte/ohne Fleisch		
<b>A</b>		
Apfel-Zwiebel-Tarte (pikante)	8	42
Auberginen mit Kartoffel-Knoblauch-Mus	8	11
<b>B</b>		
Bandnudeln mit Möhren-Zucchini-Soße	2	48
Bandnudeln mit Spinat & Feta	7	12
Bauernsalat (bunter)	6	6
Blumenkohl-Röschen (knusprige) mit Quark-Dip	3	19
Blumenkohlsalat mit Croûtons & Ei	3	18
Böllewähe (Zwiebelkuchen)	1	56
Bratlinge in Erdnuss-Sesam-Kruste	12	32
Bratnudeln mit Gemüse & Ei	10	36
Broccoli-Möhren-Gratin	10	44
<b>C</b>		
Curry-Reis mit gebratener Banane	1	7
<b>E</b>		
Eier-Ragout auf indische Art	10	48
Erbsen-Eintopf mit Grießnocken	1	50
<b>G</b>		
Gemüseplatte mit Knoblauch-Creme	6	50
Gemüsesalat mit Erdnuss-Soße	8	40
Gemüsesuppe (bunte)	5	44
Gemüsesuppe (sommerliche)	8	50
„Grüner“ Bratreis mit Pilzen	9	40

	Heft /	Seite
<b>H</b>		
Hirseklößchen auf Tomaten	11	34
<b>K</b>		
Käse-Zwiebel-Kuchen	10	7
Kartoffel-Linsen-Salat (pikanter)	3	50
Kartoffel-Linsen-Salat mit Feta	1	40
Kartoffelplätzchen mit Eier-Ragout	2	6
Kartoffelspieße mit Kräuterquark	3	46
Kartoffel-Tomaten-Salat mit Pesto-Vinaigrette	6	10
Klöße (gefüllte) auf Apfel-Rotkohl	12	18
Kohlrabi (gefüllter) mit Pilz-Risotto	6	46
Kohlrabi-Salat mit Kresse-Schmand	4	19
Kräuter-Pfannkuchen mit Pilzfüllung	9	50
<b>M</b>		
Maisküchlein (feurige) zu Paprika-Salat	9	46
Mini-Käsefondue mit Gemüse & Croûtons	12	10
Möhren-Walnuss-Soße zu Bandnudeln	12	32
<b>N</b>		
Nudeln in Gorgonzola-Spargel-Creme	5	12
Nudeln mit Broccoli-Pilz-Soße	1	46
<b>O</b>		
Ofen-Chips (knusprige) mit Dips	9	13
Orangen-Möhren-Suppe	11	10
<b>P</b>		
Paprika mit Hirse-Pilz-Füllung	3	42
Pellkartoffeln mit Paprika-Gurken-Quark	7	40
Pfannkuchen mit Spargel & Lachs	3	40
Pilz-Kartoffel-Topf (würziger)	11	10
Pilz-Ragout zu Polenta	12	44
<b>R</b>		
Ratatouille (provenzalische)	8	7
Reibekuchen auf griechische Art	3	50
Risotto auf Auberginen und Tomaten	9	50
Rohkost mit Schnittlauch-Joghurt-Soße	2	44
<b>S</b>		
Salatschüssel mit drei Dressings	6	9
Sauerkraut-Pfanne mit Austernpilzen	2	40
Sommergemüse „süß-sauer“	7	13
Spaghetti in Möhren-Basilikum-Soße	5	13
Spargel-Ragout (grün-weißes) zu Rösti	4	20
Spinat-Knödel auf Tomatensoße	9	7
Spitzkohl-Ragout mit Käsesoße	4	48
Steckrübentaler in Sesam-Hülle	11	15
<b>T</b>		
Tomaten (überbackene) mit Spinat	7	50
Tomaten-Mozzarella-Salat mit Pesto	4	38
Tomaten-Zucchini-Quiche	2	31
Tortelloni mit Tomaten-Basilikum-Soße	1	24
<b>V</b>		
Veggi-Burger (saftiger)	3	42

	Heft /	Seite
<b>W</b>		
Weißkohl-Curry mit Ei	2	48
Weizensalat (knackiger) mit Gouda	5	48
Weizensalat mit Pfefferkäse	11	34
Wirsing-Möhren-Topf (leichter)	8	40
Wok-Gemüse mit knusprigen Glasnudeln	3	40
<b>Z</b>		
Zucchini mit Käse-Kartoffelpüree	9	46
 kalorienarm		
<b>A</b>		
Asia-Nudeln (bunte)	4	42
Asia-Suppe (pikante)	9	42
<b>B</b>		
Bauernsalat (bunter)	6	6
Beeren-Kaltschale mit Kokos-Klößchen	7	38
Blumenkohl-Ragout mit Schinken	7	50
Blumenkohlsalat mit Croûtons & Ei	3	18
Bohnen-Paprika-Salat mit Pute & Sesam	7	19
<b>C</b>		
Chicorée (gebratener) zu Marsala-Schnitzeln	2	20
Chinakohlsalat (asiatischer) mit Lachs	1	38
<b>D</b>		
Dorsch in Senfsoße	9	44
<b>F</b>		
Filet (gefülltes)	12	36
Filet mit Trauben-Pilzgemüse	12	40
Filet-Rahm zu Reis	11	38
Fisch (gratinierter) in Senfsoße	1	46
Fischhappen „süß-sauer“	5	38
Fischsuppe mit Zuckerschoten	5	36
Frühlingsuppe mit Bratwurst-Klößchen	3	28
<b>G</b>		
Garnelen-Reis-Pfännchen	5	48
Geflügel-Spieße mit Püree	2	44
Gemüsepfanne (bunte)	6	42
Gemüseplatte mit Knoblauch-Creme	6	50
Gemüsereis & Hähnchen	1	42
Gemüsesuppe (bunte)	5	44
Gemüsesuppe (sommerliche)	8	50
„Grüner“ Bratreis mit Pilzen	9	40
Gurken-Joghurt-Suppe	8	44
<b>H</b>		
Hähnchenfilet auf Schmorgemüse	9	40
Hähnchenfilet mit Rosamin-Tomaten	10	44
<b>K</b>		
Kabeljau auf Julienne-Gemüse in Folie	5	36
Kabeljau-Kotelett in pikanter Soße	10	44
Käse-Schinken-Baguette	4	40
Kartoffel-Käse-Ragout	3	44
Kartoffel-Küchlein mit Kompott	1	46

	Heft / Seite
Kartoffel-Pfanne (provenzalische)	6 38
Kartoffelspieße mit Kräuterquark	3 46
Kartoffel-Tomaten-Salat mit Pesto-Vinaigrette	6 10
Kartoffel-Wurst-Püree	4 26
Kohlrabi (gefüllter) mit Pilz-Risotto	6 46
Kohlrabi-Ei-Salat	5 40
Kohlrabi-Salat mit Kresse-Schmand	4 19
Kokos-Curry-Suppe	8 48
Kotelett mit jungen Möhren	4 44
Kürbis-Tomaten-Topf mit Bacon	9 19
<b>M</b>	
Melonensalat mit Putenstreifen	7 38
Milchreis mit Erdbeeren	4 40
Minutensteaks mit Pfeffersoße	9 46
Möhren-Reis-Puffer	11 38
<b>N</b>	
Nudeln mit Shrimps	9 44
Nudelsalat (bunter) mit Joghurtsoße	9 42
<b>O</b>	
Omelett „Funghi“	7 26
Orangen-Möhren-Suppe	11 10
<b>P</b>	
Pellkartoffeln mit Paprika-Gurken-Quark	7 40
Pilz-Kartoffel-Topf (würziger)	11 10
Puten-Geschnetzeltes	7 42
Putenschnitzel (gepfeffertes)	5 44
Putenschnitzel auf Reis	4 42
Putensteak (fruchtiges)	12 36
<b>Q</b>	
Quarksoße zu Kartoffel	8 44
<b>R</b>	
Röstkartoffel-Curry mit Garnelen	9 11
Rohkost mit Schnittlauch-Joghurt-Soße	2 44
Rotkohl-Salat (pikanter) mit Feta	12 17
Rumpsteak mit Tomaten-Pilzsoße	11 42
<b>S</b>	
Salat (fruchtiger) mit Putenstreifen	6 12
Salatschüssel mit drei Dressings	6 9
Salbei-Schnitzel mit glasierten Möhren	7 40
Sauerkraut-Pfanne mit Austernpilzen	2 40
Schmortomaten zu Rippchen	8 21
Schnitzel-Reis-Pfanne	6 42
Schnitzel-Spieß auf Salat	7 42
Schollenröllchen auf Rahmgemüse	11 46
Schweinefleisch mit Muscheln	4 54
Shrimps-Reis-Pfanne	1 42
Spinat-Knödel auf Tomatensoße	9 7
Spitzkohl-Ragout mit Käsesoße	4 48
<b>T</b>	
Tafelspitz-Bouillon mit Schnittlauch-Klößchen	11 12
Tomaten-Käse-Salat	5 40
Tomatensalat mit Thunfischsoße	8 22

	Heft / Seite
<b>W</b>	
Weizensalat (knackiger) mit Gouda	5 48
Weizensalat mit Pfefferkäse	11 34
Wirsing-Möhren-Topf (leichter)	8 40
Wok-Gemüse (knackiges)	10 40
Wok-Gemüse mit knusprigen Glasnudeln	3 40
Wurstsalat zu Kartoffeln	3 44
<b>Z</b>	
Zitrus-Salat mit Putenstreifen	1 38
für Diabetiker	
<b>A</b>	
Apfeltörtchen (glasierte)	3 46
Aprikosen-Quark-Taschen	6 46
<b>B</b>	
Birnen-Preiselbeer-Torte	2 44
Brombeer-Gelee (würziges)	8 46
<b>C</b>	
Cappuccino-Kipferl	11 42
Champignon-Salat mit Ei	2 14
<b>F</b>	
Fitness-Teller	2 14
<b>G</b>	
Gemüse mit Frischkäse-Dip	2 13
Gemüse mit Käsesoße	2 14
<b>H</b>	
Hacksteak griechische Art	6 46
Hähnchen auf Tomaten-Lauch-Gemüse	7 46
Hähnchen zu Tomaten	2 14
Himbeer-Pfirsich-Marmelade	7 30
Himbeer-Quark-Törtchen	7 46
<b>K</b>	
Kabeljau-Kotelett in pikanter Soße	10 44
Käse-Omelett mit Pilzen	5 44
Kartoffelgratin und Möhren-Rohkost	8 46
Kartoffel-Küchlein mit Kompott	1 46
Kartoffeln (gefüllte) mit Gemüsequark	2 12
Kartoffel-Pfanne	2 13
Kartoffelspieße mit Kräuterquark	3 46
Kirsch-Croissants	10 44
Kotelett mit jungen Möhren	4 44
<b>M</b>	
Mandelpudding mit Erdbeersoße	5 44
Minestrone mit Würstchen	2 14
Minutensteaks mit Pfeffersoße	9 46
Möhren-Nuss-Kuchen	12 40
Mozzarella-Schnitte (überbackene)	2 13
<b>N</b>	
Nudeln mit Hacksoße	2 14
<b>P</b>	
Pfeffer-Filets mit Möhren	2 12
Pfirsich-Sandwich (süßes)	2 44
Pflaumen-Nuss-Muffins	9 46
Putengulasch mit Paprika-Kraut	1 46
Putenschnitzel auf Zucchini-Reis	2 13

	Heft / Seite
<b>Q</b>	
Quark-Knödel auf Rhabarber	4 44
<b>R</b>	
Rahmgeschnetzeltes auf Reis	12 40
Rührei mit Forelle	2 12
Rumpsteak mit Tomaten-Pilzsoße	11 42
<b>S</b>	
Schlemmer-Baguette	2 12
für Allergiker	
<b>A</b>	
Apfel-Quark-Taschen	8 46
Aprikosen-Mohn-Stollen	12 40
<b>E</b>	
Erdbeer-Torte (kleine)	6 46
<b>F</b>	
Früchte-Nuss-Gugelhupf	11 42
Früchte-Reis mit Mandel-Krokant	7 46
<b>M</b>	
Maisküchlein (feurige) zu Paprika-Salat	9 46
<b>N</b>	
Nudeln mit Broccoli-Pilz-Soße	1 46
<b>P</b>	
Pfirsich-Marzipan-Teilchen	4 44
cholesterinarm	
<b>A</b>	
Aprikosen-Putengulasch	3 46
<b>F</b>	
Filet mit Trauben-Pilzgemüse	12 40
Fisch (gratinierter) in Senfcreme	1 46
<b>G</b>	
Geflügel-Spieße mit Püree	2 44
<b>H</b>	
Hähnchenfilet mit Rosmarin-Tomaten	10 44
Hähnchen-Geschnetzeltes „Asia“	4 44
<b>K</b>	
Kartoffel-Lauch-Suppe mit Würstchen	11 42
Kohlrabi (gefüllter) mit Pilz-Risotto	6 46
<b>P</b>	
Putenschnitzel (gepfeffertes)	5 44
<b>T</b>	
Thunfisch mit Knoblauch-Püree	7 46
Tomaten-Nudel-Salat mit Hähnchen	8 46
<b>Z</b>	
Zucchini mit Käse-Kartoffelpüree	9 46
<b>Für Gäste und Feste</b>	
<b>A</b>	
Advents-Punsch	11 32
Ananas-Kirsch-Kokos-Becher	2 37
Antipasti-Platte (italienische)	2 34

	Heft / Seite		Heft / Seite		Heft / Seite
Apfel-Quark-Becher	3 52	Krautsalat (zweierlei)	6 33	<b>Z</b>	
Auberginen mit Schafskäse	6 33	Krebsuppe (sahnige)	3 34	Zucchini-Käse-Teller	7 35
<b>B</b>		Kürbis-Rahmsuppe	10 32	<b>Getränke</b>	
Barbecue-Soße	6 32	<b>L</b>		<b>A</b>	
Bohnen-Mais-Gemüse	10 32	Lachs-Crêpe-Röllchen	3 34	Advents-Punsch	11 32
Bohnen-Mais-Salat (scharf)	2 36	Lachs-Mousse (feine)	4 32	Apple fresh	8 33
Bratapfel mit Vanille-Eis	1 35	Lauch-Baguettes (überbackene)	2 36	<b>C</b>	
Broccoli-Mett-Pfännchen	5 33	Lauchzwiebel-Tsatsiki	6 32	Cooler Zombie	10 34
Brötchen-Lamm	4 34	Leuchttürme	8 38	<b>E</b>	
<b>C</b>		<b>M</b>		Eierlikör (feiner)	12 56
Campari-Orangencreme	12 29	Makkaroni-Hack-Torte	4 34	Eierlikör-Daiquiri	4 31
Champignon-Kartoffel-Salat	12 28	Mini-Hack-Burger	3 35	<b>G</b>	
Champignons (gefüllte)	3 34	Mokka-Mandel-Kuchen	11 30	Gewürztee (indischer)	11 32
Champignons in Tomaten-Sahne	9 36	Muschelnudel-Salat	8 39	<b>P</b>	
Chips & Dips	10 32	<b>O</b>		Pink Prosecco	3 31
Cooler Zombie	10 34	Obatzda	7 34	Preiselbeer-Tee	11 32
Crevetten-Cocktail mit Mandarinen	11 30	<b>P</b>		<b>R</b>	
Currywurst (feurige)	6 32	Paprika-Schiffchen mit Feta	3 35	Redberry	8 33
<b>E</b>		Pastetchen mit Kasseler-Ragout	4 46	<b>Backen</b>	
Edelfisch-Platte	12 28	Petits fours	3 36	herzhaft	
Eierlikör-Daiquiri	4 31	Pfeffertopf à la Stroganoff	9 38	<b>A</b>	
Erdnuss-Cookies	10 34	Pflaumen & Mirabellen mit Vanille-Sahne	7 35	Apfel-Zwiebel-Tarte (pikante)	8 42
<b>F</b>		Pizza-Suppe mit Cabanossi	2 34	<b>B</b>	
Filet-Spießchen mit Pflaumen	11 31	Preiselbeer-Tee	11 32	Böllewähe (Zwiebelkuchen)	1 56
Fisch-Dogs	8 38	Puten-Kebab	6 32	<b>G</b>	
Fischplatte (feine)	3 35	Puten-Spieße „Hawaii“	5 32	Gyros-Taschen mit Feta	10 12
Fladenbrote (würzig gefüllte)	9 36	Putensteaks (zweierlei gratinierte)	9 37	<b>K</b>	
Fleischkäse-Schnitten (überbackene)	7 34	<b>R</b>		Käsegebäck (buntes)	12 29
Früchte in Speckhülle & Gemüse mit Dip	1 34	Rettich-Wurst-Salat	7 35	Käse-Zwiebel-Kuchen	10 7
Frühlingssuppe	4 32	Roastbeef in Kräuter-Vinaigrette	12 28	Kartoffel-Wirsing-Torte mit Schinken	9 7
Fürst-Pückler-Creme (schnelle)	5 34	<b>S</b>		<b>M</b>	
<b>G</b>		Salat-Bar (bunte)	5 34	Makkaroni-Hack-Torte	4 34
Garnelen-Lachs-Spieße	6 32	Sauerkraut-Hack-Kuchen	9 36	Müsli-Stangen mit Quark & Obst	2 10
Geflügel-Cocktail	4 34	Schafskäse (gebackener) mit Tsatsiki	5 32	Muffins (Kräuter-Ingwer-)	6 40
Geflügelsalat (fruchtiger)	10 32	Schicht-Salat (italienischer)	12 29	<b>P</b>	
Gemüse-Käse-Flotte mit Dip	8 38	Schicht-Salat-Torte	7 34	Pizza (bunte) auf viererlei Art	9 28
Gemüse-Sticks und Quark-Kabarett	4 32	Schnitzelbraten mit Backobst	1 50	Pumpkin-Pie (amerikanische)	9 18
Gewürz-Nüsse	11 31	Schnitzelbraten mit Mandelkruste	12 44	<b>S</b>	
Gewürz-Tee (indischer)	11 32	Schweinebauch mit Mett	6 32	Sauerkraut-Hack-Kuchen	9 36
Gyros-Taschen mit Feta	10 12	Schweinebraten (feuriger)	7 34	Sechskornbrot (kerniges)	11 36
<b>H</b>		Schweinelendchen mit Kräutern	8 50	Sonnenblumenkernbrot mit Avocadocreme	2 11
Hack-Haie (kleine)	8 38	Segelb(r)ötchen (süße)	8 39	Speck-Brezeln	7 34
Hackrolle mit Schafskäse	2 32	Sojanka mit Hackbällchen	1 50	<b>T</b>	
Hähnchenfilet in Knoblauch-Creme	12 28	Spätzle-Salat mit Pfifferlingen	9 37	Tomaten-Quiche mit Speck	8 20
Hähnchenragout in Sherry-Rahm	11 30	Speck-Brezeln	7 34	Tomaten-Zucchini-Quiche	2 31
Hähnchen-Spieße mit Asia-Dip	3 35	<b>T</b>		<b>W</b>	
Hähnchenteile in Chili-Honig	6 32	Tafelspitz auf Bouillongemüse	3 50	Windbeutel mit Käsecreme	11 31
Heringssalat „Hausfrauen-Art“	2 34	Tafelspitz-Bouillon mit Schnittlauch-Klößchen	11 12	Windbeutel mit Käsecreme	11 31
Hühnersuppe auf arabische Art	1 35	Tortilla-Chips (überkrustete)	5 32		
<b>K</b>		<b>U</b>			
Käsegebäck (buntes)	12 29	Überraschung-Eier (selbst gemachte)	4 35		
Käse-Pralinen (dreierlei)	3 35	<b>W</b>			
Käsesuppe im Krustenbrötchen	1 34	Wackelpeter „Meeresfrüchte“	8 39		
Kartoffelschnitze (knusprige)	6 33	Windbeutel mit Käsecreme	11 31		
Kasseler in Brioche auf Sauerkraut	12 9	Wurst-Hörnchen	5 33		
Kasseler mit pikantem Lauchgemüse	2 48				
Kasselerbraten „Virginia“	10 32				
Kirsch-Götterspeise	6 33				
Knoblauch-Käse-Baguette	6 33				

	Heft / Seite
<b>süß</b>	
<b>A</b>	
After-Eight-Torte	12 62
Amaretto-Pflaumen-Kuchen	8 62
Ananas-Rum-Kranz mit Kokos-Chips	10 60
Apfel-Cidre-Torte mit Eierlikör	9 58
Apfelkuchen mit Marzipan-Guss	9 60
Apfel-Mohnkuchen	1 63
Apfel-Mohn-Streifen	9 59
Apfel-Quark-Taschen	8 46
Apfel-Strudel aus Blätterteig	2 62
Apfeltörtchen (glasierte)	3 46
Apfel-Walnuss-Tarte	9 61
Aprikosen-Marzipan-Muffins	2 59
Aprikosen-Mohn-Stollen	12 40
Aprikosen-Quark-Taschen	6 46
Aprikosen-Stollen mit Mandel-Krokant	11 60
Aranca-Sekt-Torte mit Früchten	4 60
<b>B</b>	
Bauern-Käse-Torte	1 58
Baumschmuck (bunter)	12 54
Beerentarte mit Vanille-Schmand	7 62
Birnen-Käse-Kuchen (gebackener)	9 62
Birnen-Preiselbeer-Torte	2 44
Brötchen-Lamm	4 34
Butterkuchen mit roter Grütze	2 61
<b>C</b>	
Cappuccino-Aprikosen-Schnitten	2 63
Cappuccino-Kipferl	11 42
<b>D</b>	
Der eilige Nikolaus	11 26
<b>E</b>	
Eierlikör-Flockentorte	4 56
Eierlikör-Gugelhupf mit Knusperfülle	2 60
Eiskaffee-Sahne-Torte	6 70
Erdbeer-Grießcreme-Schnitten	5 59
Erdbeer-Krokant-Tarte	5 60
Erdbeer-Rhabarber-Rolle	5 62
Erdbeer-Torte (kleine)	6 46
Erdbeer-Yogurette-Torte	6 71
Erdnuss-Cookies	10 34
<b>F</b>	
Freundschafts-Torte „Amicelli“	6 67
Früchte-Korb (süßer)	7 65
Früchte-Nuss-Gugelhupf	11 42
<b>G</b>	
Giotto-Sterne	12 56
<b>H</b>	
Herrentorte (schwarze) mit Birnen	9 63
Himbeer-Buttermilch-Muffins	10 59
Himbeer-Joghurt-Torte	4 59
Himbeer-Quark-Törtchen	7 46
<b>K</b>	
Käse-Sahne-Torte mit Amarena-Kirschen	10 58
Käsesahne-Torte mit Maracuja	3 58
Käse-Streuselkuchen mit Apfel	3 60

	Heft / Seite
Kalter Hund „schwarz-weiß“	10 63
Kirsch-Baiser-Torte	2 59
Kirsch-Croissants	10 44
Kirschkuchen (versunkener)	7 59
Kirsch-Pastete (Schwarzwälder)	4 58
Kokos-Kirsch-Küsschen	11 58
Kokos-Schoko-Schnitten	12 65
Krokant-Blätter	11 54
Krokant-Muffins	12 55
<b>L</b>	
Lebkuchen-Torte mit Kirschen	12 58
Limetten-Ingwer-Muffins	3 56
Linzer Knusper-Plätzchen	11 56
<b>M</b>	
Mandel-Baiser-Torte mit Erdbeeren	5 58
Mandel-Hörnchen	11 55
Mandeltorte (italienische)	12 60
Marzipan-Küken	4 28
Mini-Pfeffernüsse	11 55
Möhren-Muffins (süße)	4 62
Möhren-Nuss-Kuchen	12 40
Mohn-Sahne-Torte (Wachauer)	11 64
Mokka-Mandel-Kuchen	11 30
Mokka-Nuss-Kugeln	11 57
Montelino-Torte (himmlische)	3 65
Muffins für Mama	5 28
<b>N</b>	
Nektarinen-Amaretto-Torte	7 61
Nougat-Zupfkuchen mit Aprikosen	3 61
Nuss-Makronen	11 58
<b>O</b>	
Obstkuchen mit Zitronen-Sahne	7 60
Orangen-Brezeln	11 58
Ottilien-Kuchen	1 62
<b>P</b>	
Petits fours	3 36
Pfirsich-Marzipan-Teilchen	4 44
Pfirsich-Melba-Torte	7 58
Pfirsich-Multivitamin-Torte	9 65
Pflaumen-Käse-Kuchen	8 59
Pflaumen-Käse-Tarte	3 59
Pflaumen-Kopenhagener	8 61
Pflaumen-Nuss-Muffins	9 46
Pflaumentorte (Bühler)	8 58
Pflaumentorte im Marzipanmantel	12 61
Pflaumen-Torte mit Makronen-Kranz	8 63
Philadelphia-Torte (gebackene)	3 62
Pistazien-Hütchen	11 54
Popkorn-Torte mit Zitronencreme	1 65
<b>Q</b>	
Quarkstollen-Muffins	11 61
<b>R</b>	
Rhabarber-Schnitten mit Eischnee-Haube	4 65
Rosettenkuchen mit Pflaumen	10 61
<b>S</b>	
Schmandkuchen mit Mandeln	1 61
Schneebälle (süße)	2 65
Schoko-Baiser-Kekse	11 54

	Heft / Seite
Schoko-Eierlikör-Torte	12 59
Schoko-Nuss-Schnitten mit Vanille-Sahne	4 57
Schoko-Windbeutel mit Erdbeeren	5 61
Schwarzbrot-Torte (würzige)	1 60
Stutenkerl (kerniger)	12 56
<b>T</b>	
Teufelshörnchen mit Vanillecreme, Banane & Schokolade	5 65
Tiramisu-Torte mit Himbeeren	6 68
Toffee-Cheese-Pie	3 64
Träubles-Quark-Schnitten	7 63
<b>V</b>	
Vanillepudding-Schnecken	1 59
Viertage-Haselnuss-Torte	10 62
Vogelsberger Schneeball-Torte	6 66
<b>W</b>	
„Wasserringel“ (süßer)	10 65
Waldfrucht-Quark-Torte	6 69
Windbeutel-Torte	8 65
<b>Z</b>	
Zitronen-Grappa-Torte	12 63
Zitronenkuchen vom Blech	2 59
Zucchini-Nuss-Kranz (saftiger)	6 73
Zwetschenkuchen (gedeckter)	8 60
<b>Feine Pralinen – selbst gemacht</b>	
Champagner-Sterne	11 62
Mozart-Pastete	12 57
Portwein-Pflaumen-Röllchen	12 57
Schwarze Herren-Trüffel	11 62
Tiramisu-Kugeln	11 62
Toffee-rahm-Nüsse	11 63
Weihnachts-Trüffel	11 63
<b>7-Tage-Diät</b>	
<b>Schlank &amp; fit ins Frühjahr</b>	
Pfeffer-Filets mit Möhren	2 12
Schlemmer-Baguette	2 12
Gefüllte Kartoffeln mit Gemüsequark	2 12
Rührei mit Forelle	2 12
Überbackene Mozzarella-Schnitte	2 13
Kartoffel-Pfanne	2 13
Gemüse mit Frischkäse-Dip	2 13
Putenschnitzel auf Zucchini-Reis	2 13
Nudeln mit Hacksoße	2 14
Fitness-Teller	2 14
Champignon-Salat mit Ei	2 14
Minestrone mit Würstchen	2 14
Hähnchen zu Tomaten	2 14
Gemüse mit Käsesoße	2 14
<b>Warenkunde</b>	
Neues vom Tee	1 36/37
Exotische Früchte	2 56/57
Grapefruits	3 30
Mineralwasser	8 32/33
Käse	9 30/32
Linsen	10 29