

## Jahres-Rezeptregister 1995

Heft / Seite		Heft / Seite		Heft / Seite	
<b>Vorspeisen / Kleine Gerichte</b>		<b>L</b>		<b>C</b>	
<b>A</b>		Lachs-Häppchen	4 35	Couscous (tunesischer) mit Ragout	8 8
Antipasti-Platte (gemischte)	6 62	<b>M</b>		Curryfleisch (indisches)	8 12
Avocado-Chicorée-Salat	12 32	Melone mit Salami und Pilzen	5 26	<b>E</b>	
<b>B</b>		Möhrencreme-Suppe	10 62	Eisbein in feinsauerm Aspik	3 15
Baguette (gefülltes)	9 52	Mozzarella (pikant eingelegter)	3 54	<b>F</b>	
Bauernbrot mit Pute und Ananas	1 54	Muschelsuppe mit Garnelen	12 54	Filet (zartes) mit Spargel-Ragout	4 36
Blätterteig-Törtchen mit Krabben	3 70	<b>P</b>		Fleisch (dreierlei gebratenes)	10 34
Blattspinat mit Speck	5 56	Papaya-Schiffchen & Speck-Datteln	1 50	Fleischbällchen (indische)	3 81
Blumenkohl-Cremesuppe	3 70	Pfirsich-Kaltschale mit Milchreis	7 39	Fleisch-Röllchen mit Broccoli	11 64
Bohnensalat (würziger)	1 56	Pizza-Brot mit Mozzarella und Salami	5 28	Fleischspieße (würzige)	7 65
Broccoli-Pfännchen mit Ei	1 56	Pizza-Toast mit Schinken	5 56	Frikadelle mit Salat	5 52
Broccoli-Suppe (cremige)	10 26	Porree-Quiche (herzhafte)	9 54	Frikadelle mit Schmor Gemüse	8 50
Brühe (klare) mit Eierstich	4 56	Porree-Suppe mit Schinkenstreifen	9 27	Frikadellen (würzige Zimt-)	11 42
Brühe (klare) mit		<b>R</b>		Frikadellen mit Pilz-Rahmsauce	2 74
Erbsen und Schinken	1 29	Rettich-Rohkost mit Schinken	4 56	Frikadellen (Pilz-) mit	
Brühe (klare) mit Käse-Nocken	12 28	Rohkost (bunte) mit Basilikumsoße	7 29	Wirsing und Püree	3 10
Brühe (klare) mit Kasseler	11 62	Rohkostplatte mit Käse und Dip	10 62	<b>G</b>	
<b>C</b>		Rote-Bete-Rohkost auf Salat	1 28	Geschneitztes (Rahm-) mit	
Camembert (fruchtig gefüllter)	9 54	<b>S</b>		Champignons	12 7
Chicorée-Salat (knackiger)	12 54	Salat (knackiger) mit Champignons	10 62	Gulasch (feuriges Paprika-)	11 42
Chicorée-Schiffchen (gefüllte)	2 72	Salat (knackiger) mit Croûtons	8 19	Gulasch (gemischtes) mit Pilzen	9 26
Chinakohl-Suppe mit Wurst	2 72	Salat (fruchtiger) mit Krabben	10 27	Gulasch (Rotwein-) mit Pilzen	12 10
Curry-Garnelen	4 35	Salat mit Nektarinen und Croûtons	7 54	Gulasch-Gemüse-Topf	3 62
Curry-Suppe mit Hähnchen	5 56	Salat-Teller (bunter)	6 27	Gurkenfleisch (pikantes)	3 72
<b>E</b>		Salat-Teller (knackiger)	11 62	<b>H</b>	
Erbsensuppe (cremige)	1 34	Salat-Teller (raffiniertes)	9 26	Hackbällchen in Pilz-Rahm	9 9
<b>F</b>		Salatteller mit Schnitzelstreifen	3 70	Hackbällchen mit Gurken-Quark	4 9
Forellencreme auf Salat	5 56	Schinken zu Gemüse-Remoulade	11 62	Hackbraten (würziger)	12 56
Frühlings-Salat (frischer)	3 28	Schinken-Pfirsich-Toast	3 56	Hackbraten mit Schafskäse	6 26
<b>G</b>		Schnitzelröllchen mit Kräutersauce	1 56	Hackbraten zu Möhrengemüse	4 58
Garnelen mit Avocado-creme	7 54	Schwarzwurzel-Suppe mit Schinken	1 56	Hack-Pfanne (würzige)	5 52
Geflügel-Cocktail (fruchtiger)	12 32	Spargelcreme mit Shrimps	5 9	Hackröllchen (türkische) in	
Geflügel-Curry-Suppe	1 35	Spargelsalat mit Krebsfleisch	6 62	Minz-Joghurt-Soße	8 10
Geflügelpastete (feine)	12 54	Speck-Pflaumen (gefüllte)	8 54	Hackrolle mit Gemüse-Reis-Füllung	9 8
Geflügelsalat (fruchtiger)	2 72	Speck-Tomaten-Toast	3 56	<b>K</b>	
Gemüse-Aufstriche (zweierlei)	8 54	<b>T</b>		Kaninchen (provenzalisches)	8 14
Gemüsebrühe mit Rübchen	2 26	Tacos mit Hackragout	9 54	Kaninchen-Rosenkohl-Topf	11 64
Gemüse-Hühner-Suppe	5 27	Tapas - Leckereien aus Spanien	8 63	Kasseler auf Apfel-Sauerkraut	11 55
Gemüse-Päckchen (asiatische)	4 56	Thunfisch-Salat (knackiger)	4 56	Kasseler in Blätterteig	12 8
Gemüsesülze (leichte)	3 70	Tilsiter-Schnitte (deftige)	3 55	Kasseler in Wirsinghülle	2 68
Gemüsesuppe (italienische)	9 54	Tintenfischringe (marinierte)	11 62	Kasseler mit Kartoffelsalat	7 28
Gemüsesuppe (würzige)	6 62	Tomaten-Artischocken-Pfännchen	7 54	Kasseler mit pikanter Füllung	6 64
<b>H</b>		Tomatenbrühe mit		Kasseler-Pilz-Ragout in Pastetchen	11 26
Hühnersuppe (chinesische)	7 54	Kräuter-Klößchen	8 18	Krustenbraten mit Wacholdersauce	2 67
<b>J</b>		Tomaten-Cocktail mit Lachs	12 33	<b>L</b>	
Joghurt-Knoblauch-Suppe	7 38	Tomaten-Mais-Suppe mit Oliven	6 26	Lamm-Bohnen-Topf (griechischer)	8 11
<b>K</b>		Tomaten-Möhren-Creme	3 29	Lammhaxen mit weißen Bohnen	10 26
Käsebällchen auf Tomaten	12 54	Tomatensuppe (kalte) mit		Lammkeule (würzige)	4 37
Käse-Mousse zu Tomaten-Chutney	3 54	Käseklößchen	7 39	Lammkeule zu glasiertem Gemüse	9 56
Käse-Röllchen (knusprige)	6 62	Tortellini in Bouillon	1 34	Lammrücken auf irische Art	4 65
Käse-Salat (bunter)	3 55	<b>V</b>		Lendchen mit	
Käse-Salat (fruchtiger)	2 27	Vorspeisen-Platte (bunte)	8 54	pikanter Schwarzbrot-Kruste	3 9
Käse-Sprossen-Sandwich	1 54	<b>Z</b>		Lendchen (Mandel-) zu	
Kartoffel-Kräuter-Suppe	8 54	Ziegenkäse (gratinierter)	3 34	feinem Gemüse	12 7
Kartoffel-Kraut-Puffer	2 72	Zwiebelsuppe mit Käsehaube	3 34	<b>M</b>	
Kartoffelplätzchen mit		<b>Hauptgerichte</b>		Medaillons zu Maiskolben	8 56
Forellen-Kaviar	10 62	<b>Fleisch</b>		<b>N</b>	
Kartoffelpuffer mit Lachs-Tatar	11 24	<b>B</b>		Nackenbraten im Salzbett	9 10
Kohlrabi-Kresse-Suppe	4 28	Bratwurst zu Kartoffel-Möhren-Püree	2 74	<b>R</b>	
Krabben-Ei-Toast	9 52			Rippenbraten (saftiger)	1 28
Krabbensuppe (Büsumer)	1 35			Roastbeef mit würzigen Kartoffeln	12 11
Kräuter-Käse-Kugeln auf Tomaten	7 28			Rouladen mit Rotweinsauce	3 72
				Rumpsteak mit Pfifferlingen	10 64

	Heft / Seite
<b>S</b>	
Saltimbocca zu Pasta-Salat	8 7
Schinken (Jul-) mit würzigem Rotkohl	12 63
Schinkenbraten im Brotteig	2 74
Schlachtplatte mit Rotkohl	1 11
Schmorbraten auf Rosenkohl	12 56
Schnitzel mit Mangold	8 18
Schnitzel (zarte) mit Spinat-Rahm	9 56
Schnitzel-Gurken-Fleisch	7 56
Schnitzelröllchen (geschmorte)	5 26
Schnitzelröllchen auf Linsen	2 69
Schnitzel-Rouladen mit Ei	9 11
Schwäbische „Laubfrösche“	3 13
Schweinebraten mit Senfkruste	11 64
Schweinefilet auf feinem Gemüse	5 58
Schweinefilet in Krauthülle	11 52
Schweinefilet mit Speck-Böhnchen	2 66
Schweinefilet zu Speck-Kartoffelchen	11 39
Schweinefleisch süß-sauer	10 43
Schweinefleisch „Vindaloo“	10 45
Schweinelende in Wirsinghülle	5 65
Schweinerollbraten (gefüllter)	1 58
Schweinerücken im Gemüsebett	3 28
Schweinerücken mit Käse-Tomaten	8 56
Schweinshaxen zu Ananas-Kraut	3 64
Steaks (feurige Kokos-) zu Ananas	1 51
<b>W</b>	
Wurst mit herzhaftem Grünkohl	12 56
Wurst-Gulasch mit Minzjoghurt	9 56
Wurst-Quiche (herzhafte)	10 64
Fisch / Meerestiere	
<b>B</b>	
Backfisch mit Béchamel-Kartoffeln	11 38
Backfisch mit Senfsoße und Püree	3 30
<b>F</b>	
Fischfilet (überbackenes)	2 76
Fischfilet (feines) auf Gurken-Reis	9 58
Fischhappen in feuriger Soße	10 28
Fisch-Kartoffel-Auflauf	6 66
Fisch-Ragout mit Spinat	12 58
Fischröllchen (Kräuter-)	2 54
Fisch-Schnitten zu Pfannengemüse	8 58
Fischsuppe (französische)	1 39
Fisch-Teller (feiner)	12 50
<b>G</b>	
Garnelen auf Paprikagemüse	7 35
Garnelen in Knoblauch	11 37
Garnelenspieße mit Mangosöße	10 33
<b>K</b>	
Kabeljau in Orangen-Soße	1 60
Karpfen „ungarisch“ (pikanter)	11 71
<b>L</b>	
Lachs (überbackener) mit Béarnaise	12 30
Lachsschnitten in Joghurt-Kräuter-Soße	4 11
<b>M</b>	
Matjes mit Preiselbeer-Schmand	5 60
Meeresfrüchte-Pfanne (bunte)	10 66
<b>R</b>	
Räucherfisch mit Kartoffelsalat	11 66
<b>S</b>	
Scholle (gebratene) mit Spinat	7 58
Schollenfilet (pikantes)	1 63
Seelachs (panierter) auf Gemüse	4 60
Geflügel / Wild	
<b>E</b>	
Ente (knusprige Orangen-)	12 56

	Heft / Seite
Ente (Vierländer) auf Wirsing	11 24
Ente (knusprige) mit Cashewkernen	10 44
Entenbrust in bunter Chinapfanne	10 43
Entenbrust mit Cognac-Pflaumen	9 37
<b>G</b>	
Geflügel-Fondue mit drei Soßen	12 12
<b>H</b>	
Hähnchen (französisches Knoblauch-)	10 71
Hähnchen (fruchtiges Curry-)	11 64
Hähnchen (geschmortes)	8 56
Hähnchen (normannisches)	3 63
Hähnchen auf Bohnen-Maisgemüse	10 64
Hähnchen auf Gemüse	6 58
Hähnchen (Chili-) auf Gemüse	6 64
Hähnchen auf karibische Art	8 13
Hähnchen auf Ratatouille-Gemüse	9 38
Hähnchen (geschmortes) in Weißwein	2 74
Hähnchen mit Joghurt-Kruste	4 10
Hähnchen mit sechs Kostbarkeiten	10 46
Hähnchenbrust mit Senfsahne	9 33
Hähnchenfilet „Madras“	7 34
Hähnchenfilet mit Austernpilzen	3 66
Hähnchenkeule zu Curry-Gemüse	3 66
Hähnchenkeulen (provenzalische)	5 58
Hähnchenkeulen auf Bohnen-Gemüse	9 32
Hähnchenkeulen auf China-Gemüse	2 33
Hähnchenkeulen auf Gemüse	4 28
Hähnchen-Ragout (feines)	9 32
Hähnchen-Spargel-Ragout	5 12
Hasenfilet mit Rosenkohl	12 28
<b>P</b>	
Perlhuhn auf Sauerkraut	9 37
Pute (gefüllte) auf Wirsing	12 9
Putenbrust auf rheinische Art	3 11
Putenbrust mit Avocado-Creme	3 72
Putengulasch mit Mango	1 52
Puten-Gyros (würziges)	10 30
Putenkeulen auf buntem Paprika	9 34
Puten-Medallions (gratinierter)	9 35
Putenrollbraten mit Broccoli	4 36
Putenrollbraten mit Trauben	9 34
Putenschnitzel (pikant gefüllte)	4 58
Putenschnitzel in Zwiebel-Rahm	2 26
Putensteaks zu Gemüse	4 50
<b>R</b>	
Ragout mit Bohnen	12 50
<b>S</b>	
Stubenküken in Riesling	9 36
<b>W</b>	
Wildgulasch mit Pilzen	1 58
Gemüse	
<b>A</b>	
Auberginen (gefüllte)	7 56
Austernpilz-Möhren-Pfanne	11 66
<b>B</b>	
Blumenkohl in Ei-Soße	2 32
Blumenkohl-Curry mit Ei	7 30
Blumenkohl-Hack-Auflauf	6 64
Bohnen in Thymiansoße zu Frikadellen	7 9
Bohnen-Eintopf (bunter)	7 11
Bohnenpfanne (mexikanische)	6 11
Bohnen-Tomaten-Auflauf	7 12
Bohnen-Wurst-Ragout	8 52
<b>C</b>	
Champignon-Leber-Pfanne	6 64

	Heft / Seite
Chicorée mit Hacksoße und Reis	2 70
Chinakohl mit Sesambällchen	10 33
<b>G</b>	
Gemüse (buntes) mit Hack	6 9
Gemüse mit Pesto-Sahne und Ei	7 35
Gemüse-Gulasch	8 52
Gemüse-Hack-Pfanne	11 58
Gemüsekekuchen (saftiger)	4 60
Gemüse-Linsen-Lasagne	2 76
Gemüse-Pfännchen (buntes)	8 50
Gemüsepfanne (bunte)	2 34
Gemüseplatte mit zweierlei Soßen	9 58
Gemüse-Püree mit Spiegelei	10 66
Gemüsezwiebeln (gebackene)	1 60
Grünkohl (herzhafter) mit Wurst	12 56
Grünkohl-Topf mit Kasseler	1 15
<b>J</b>	
Japanisches Tempura	10 44
<b>K</b>	
Kohlrabi (gefüllte) mit Linsen	4 60
<b>L</b>	
Lauch-Kartoffelpfanne	3 68
Lauch-Puffer mit Lachs	3 74
<b>P</b>	
Paprika mit Gemüsequark	7 52
Paprika-Pfanne „süßsauer“	6 14
Pilzpfanne zu Kümmel-Kartoffeln	9 58
Prinzeßbohnen mit Pilzsoße zu Steaks	7 14
<b>R</b>	
Rosenkohl mit Wurst	11 58
Rosenkohl zu Wurst-Kartoffel-Püree	2 70
Rote Bete mit Zwiebel-Kruste und Rippchen	1 16
<b>S</b>	
Sauerkraut-Topf mit Cabanossi	11 54
Schmorgemüse mit Mozzarella	6 10
Schmorgurken-Pfanne mit Mettbällchen	8 20
Schneidebohnen in Joghurt-Curry-Soße	7 13
Schwäbische „Laubfrösche“	3 13
Schwarzwürzeln (überbackene)	1 13
Sellerie „Cordon bleu“	1 17
Spargel (Stangen-) mit Nuß-Ei-Vinaigrette	5 14
Spargel (überbackener) mit Schinken	6 28
Spargel und Nudeln in Mascarpone-Soße	5 10
Spargel zu Schinken-Spinat-Pfannkuchen	5 13
Spargel-Hähnchen-Ragout	5 12
Spargelplatte mit dreierlei Soßen	5 9
Spargel-Ragout mit zartem Filet	4 36
Spargelsalat (bunter)	5 15
Spargel-Schnitzel-Gratin mit Buttersoße	5 11
Spitzkohlpfanne mit Fleischbällchen	6 9
Steckrüben-Möhren-Gratin	1 12
<b>T</b>	
Tomaten-Zucchini-Gratin	7 52
<b>W</b>	
Weißkohl-Pfanne mit Wurstschncke	1 9
Wirsing-Rouladen in Senfsoße	1 14
Eierspeisen	
<b>E</b>	
Eier (pochierte) auf Toast	4 60

	Heft / Seite
Eier im Hackmantel	8 56
Eier (pikante) im Kresse-Nest	4 34
Eier in Krabben-Senfsoße	12 58
Eier in Petersiliensoße	2 35
Eier in pikanter Senfsoße	11 40
Eier in Senf-Kräuter-Soße	6 66
Eierragout (buntes)	5 58

<b>R</b>	
Rührei (Kräuter-) mit Paprika	1 60
<b>O</b>	
Omelett (Spaghetti-Spinat-)	10 7
Omelett (Schaum-) mit buntem Gemüse	10 56

## Desserts / Süßspeisen

<b>A</b>	
Ananas-Apfel-Parfait	1 62
Ananas-Kokos-Creme	9 60
Ananas-Quark mit Kokosraspeln	5 62
Apfelgelee mit Zimtsahne	8 60
Apfel-Kaiserschmarren	10 68
Apfel-Schaum-Speise (feine)	10 27
Aprikosen-Buttermilch-Kaltschale	7 38
Aprikosen-Gelee mit Sahnetuff	1 29
Aprikosen-Kaltschale mit Popcorn	5 62
Aprikosen-Sahne auf Erdbeeren	5 34
Aprikosen-Zitronen-Gelee	9 60

<b>B</b>	
Bananen (gebratene) mit Fruchtsoße	2 78
Bananen-Split mit Schokosoße	5 39
Beeren-Kaltschale	6 68
Birnen auf Brombeer-Soße	9 27

<b>C</b>	
Cappuccino-Nocken (zarte)	2 78
Crêpes mit Karamel-Früchten	2 14

<b>E</b>	
Eierlikör-Karamel-Creme	4 62
Erdbeeren „Romanow“	5 34
Erdbeeren mit Grießhaube	6 56
Erdbeer-Buttermilch-Shake	7 60
Erdbeer-Eisbecher (großer)	5 62
Erdbeer-Rhabarber-Creme	5 35
Erdbeer-Trauben-Gelee	5 35

<b>F</b>	
Frucht-Kaltschale mit Grießnocken	8 60
Früchte (bunte) in Sekt-Gelee	5 36
Früchte (exotische) mit Karamel	12 60
Früchte mit Vanille-Creme	4 35
Früchte (marinierte) zu Eis	2 56

<b>G</b>	
Grieß-Flammeri (sahniger)	5 40
Grießflammeri mit Kirschen	2 56
Grießschnitten mit Rhabarber	5 60

<b>H</b>	
Hefeklöße auf Pflaumen	3 65
Himbeer-Buttermilch-Gelee	4 62
Himbeer-Götterspeise mit Pfirsichen	2 57
Himbeer-Mascarpone-Creme	7 60
Himbeer-Schichtspeise	5 37
Hirse-Joghurt mit Beeren	7 58
Honig-Melonen-Sorbet	7 60

<b>J</b>	
Joghurt-Creme mit Himbeeren	4 14
Joghurt-Mousse (fruchtige)	5 39

<b>K</b>	
Kirschgrütze mit Joghurtsoße	2 27
Kokos-Ananas-Tarte	6 68
Kokos-Eis auf Aprikosen	3 76

<b>L</b>	
Limetten-Joghurt-Creme	10 68

<b>M</b>	
Mandel-Hippen mit Eis und Trauben	11 68
Mandelpudding mit Orangen	2 78
Mango-Quark-Creme	8 60
Marzipan-Mandel-Pudding	12 60
Mascarpone-Creme mit Früchten	6 68
Melone mit Zitronenquark	6 68
Milchreis mit Früchten	7 60
Milchreis mit Kirschen	11 41
Mohnklößchen mit Rhabarber	4 62
Mohn-Knödel mit Kompott	11 66
Mokka-Mandel-Creme	5 27

<b>N</b>	
Nougat-Buchtein (gefüllte)	2 78
Nuß-Ecken mit Kirschkompott	8 58
Nußmousse auf Eierlikör-Sahne	11 68

<b>O</b>	
Obstsalat (herbstlicher)	11 68
Obstsalat mit Quarksoße	5 38
Obstsalat mit Vanille-Krokant-Soße	4 28
Obstsalat zu Eis und Corn flakes	8 60
Orangen-Joghurt-Creme	1 62

<b>P</b>	
Pfannkuchen mit Erdbeeren und Quark	6 56
Pfirsiche mit Baiser-Haube	5 37
Pfirsich-Kaltschale mit Milchreis	7 39
Pflaumen (marinierte) mit Frischkäse	10 68
Pudding mit Brombeeren und Birne	11 68

<b>Q</b>	
Quark-Parfait mit Früchten	11 25
Quark-Puffer (knusprige)	7 32

<b>R</b>	
Reisbällchen (frittierte) mit Kirschen	3 76
Reisnockerln auf Erdbeersoße	12 60

<b>S</b>	
Sahnereis mit Zimt	1 62
Schoko-Amaretto-Bombe	5 36
Schoko-Baiser-Speise	3 76
Schoko-Birnen auf Likörsahne	10 68
Schoko-Mousse (weiße) mit Kirschen	9 60
Spekulatius-Creme mit Obst	12 60

<b>T</b>	
Topfen-Palatschinken (überbackene)	2 15
Traubenkaltschale mit Sahnereis	9 60

<b>V</b>	
Vanillecreme mit Früchte-Allerlei	12 29
Vanille-Eierlikör-Creme	5 38
Vanille-Flan in Karmelsoße	6 27
Vanille-Fruchtsuppe	1 62
Vanille-Nudeln mit Nougatsoße	3 74

<b>W</b>	
Weincreme auf Trauben	3 76

<b>Z</b>	
Zimt-Pflaumen auf Orangenschäum	8 19
Zitronen-Joghurteis mit Beeren	3 29
Zitronen-Sorbet zu Sommerfrüchten	7 29
Zitronenspeise mit Sahnetuff	4 62
Zitronen-Vanille-Creme	5 62
Zitrus Salat mit Dickmilch-Haube	2 57

## Suppen / Eintöpfe

<b>B</b>	
Bohnen-Eintopf (bunter)	7 11

		Heft / Seite
Bohnen-Eintopf (deftiger)	1	36
Bohnengulasch (mexikanisches)	1	39

<b>C</b>		
Chinakohl-Eintopf	10	58

<b>E</b>		
Eintopf (karibischer)	11	43
Erbsensuppe (deftige)	2	81
Erbsensuppe mit Croûtons	2	55

<b>F</b>		
Fischsuppe (französische)	1	39

<b>G</b>		
Gemüse-Gulasch-Topf	3	62
Gemüsesuppe mit Grünkern	5	60
Gemüsetopf mit Kichererbsen	3	74
Grünkohl-Topf mit Kasseler	1	15
Gumbo – kreolischer Eintopf	9	63

<b>K</b>		
Kartoffelsuppe (bunte)	9	30
Kartoffelsuppe mit Hähnchen	1	37
Kartoffelsuppe mit Würstchen	2	32
Kürbis-Kohl-Suppe (bunte)	9	12

<b>L</b>		
Lamm-Bohnen-Topf (griechischer)	8	11

<b>M</b>		
Minestrone mit Nudeln	11	36

<b>P</b>		
Pfeffer-Topf (nordischer)	1	38

<b>R</b>		
Rosenkohl-Suppe	10	58
Rosenkohl-Topf (winterlicher)	1	40

<b>S</b>		
Sauerkraut-Topf mit Cabanossi	11	54
Steckrüben-Möhren-Topf	12	58
Suppe (frische) mit Croûtons	6	66

<b>T</b>		
Tomaten-Hackfleisch-Topf	10	64
Tomatentopf (pikanter)	8	24

<b>W</b>		
Wirsing-Topf mit Würstchen	1	36
Wurstopf (süß-saurer)	9	13

## Aufläufe

<b>B</b>		
Blumenkohl-Broccoli-Auflauf	7	58
Blumenkohl-Curry-Auflauf	10	66
Blumenkohl-Hack-Auflauf	3	36
Blumenkohl-Hack-Auflauf	6	64
Bohnen-Tomaten-Auflauf	7	12

<b>G</b>		
Gemüse-Auflauf (italienischer)	8	9
Gemüse-Auflauf mit Gouda	8	58

<b>H</b>		
Hack-Auflauf (herzhafter)	6	30

<b>K</b>		
Kartoffel-Auflauf mit Kasseler	3	53
Kartoffel-Fisch-Auflauf	6	66
Kartoffel-Kasseler-Auflauf	4	58
Kartoffel-Kasseler-Auflauf	9	56

<b>M</b>		
Makkaroni-Schinken-Auflauf	9	7

<b>N</b>		
Nudel-Wurst-Auflauf	3	36

<b>R</b>		
Rosenkohl-Auflauf (winterlicher)	11	35

	Heft / Seite
<b>S</b>	
Steckrüben-Möhren-Gratin	1 12
<b>Kartoffelgerichte</b>	
<b>B</b>	
Bauernfrühstück	3 68
<b>K</b>	
Kartoffelchen (Speck-) zu Schweinefilet	11 39
Kartoffel mit Curry-Fleischsalat	9 50
Kartoffelbällchen mit Nuß-Rotkohl	10 66
Kartoffel-Kasseler-Auflauf	9 56
Kartoffel-Mais-Puffer zu Matjes-Tatar	3 14
Kartoffeln (überbackene Käse-)	5 60
Kartoffelpfanne (griechische)	7 58
Kartoffelpfanne (Lauch-)	3 68
Kartoffel-Ragout mit Kasseler und Ei	5 50
Kartoffelsalat mit Ei	3 32
Kartoffel-Taler zu Kräuterpilzen	11 40
Kartoffel-Wurst-Gratin mit Wirsing	9 7
Kartoffel-Wurst-Pfanne mit Chinakohl	6 13
<b>P</b>	
Pellkartoffeln mit Rote-Bete-Dip	2 76
Pellkartoffeln mit viererlei Dips	4 12
Pellkartoffeln zu Gemüse-Quark	5 50
<b>R</b>	
Röstkartoffeln (bunte) mit Kasseler-Steak	9 50
Röstkartoffeln mit Kasseler und Quark-Dip	6 12
Röstkartoffeln mit Sülze & Dip	7 56
<b>Nudel- / Reis- / Mehlgerichte</b>	
<b>A</b>	
Appenzeller Käse-Pfännchen	3 35
<b>B</b>	
Bandnudeln in Mascarpone-Creme	10 9
Bandnudeln mit Zitronen-Lachs-Soße	7 37
Bratnudeln (chinesische)	10 32
Buchweizen-Puffer mit Gemüse	12 58
<b>L</b>	
Lasagne (klassische)	11 37
Lasagne (Möhren-Kräuter-)	9 58
Lasagne (Schinken-Broccoli-)	10 12
<b>M</b>	
Makkaroni mit Erbsen und Salami	7 56
Makkaroni-Gemüse-Kuchen	10 7
Makkaroni-Schinken-Auflauf	9 7
Maultaschen mit Petersilien-Schaum	3 12
<b>N</b>	
Nudeln auf asiatische Art	6 15
Nudeln (Schinken-) mit Gemüse	3 72
Nudeln mit Oliven-Hack-Soße	5 58
Nudeln mit Tomaten-Putenragout	7 36
Nudeln und Spargel in Mascarpone-Soße	5 10
Nudel-Omelett	7 50
Nudelpfanne (bunte)	1 32
Nudelpfanne (herzhafte)	11 38
Nudelpfanne mit Fleischwurst	11 41
Nudelpfanne mit Wurstklößchen	10 11
Nudelsalat mit Lachsroschen	10 14
<b>P</b>	
Pfannkuchen (Pfersich-)	10 56

	Heft / Seite
Pfannkuchen (pikanter Camembert-)	2 12
Pfannkuchen mit Chili con carne	2 54
Pfannkuchen (Wurst-) mit dicken Bohnen	7 10
Pfannkuchen mit Pilz-Schinken-Sahne	2 9
Pfannkuchen (Wurst-) mit Porree	2 10
Pfannkuchen (Speck-) mit Salat	4 58
Pfannkuchen-Hack-Röllchen	2 11
Piroggen (Sesam-) mit Spitzkohl	6 66
Plinsen (Quark-Reis-) auf Kompott	4 15
Plinsen (Buttermilch-) mit Kirschen	2 13
<b>R</b>	
Ravioli auf Genueser Art	6 71
Reispfanne (bunte) mit Klößchen	4 30
<b>S</b>	
Spätzle (überbackene Käse-)	10 10
Spaghetti (Gemüse-)	7 50
Spaghetti in Schinken-Sahne	8 22
Spaghetti mit Oliven und Schafskäse	7 36
Spaghetti mit Paprika-Soße	10 8
Spaghetti mit Shrimps	1 63
Spaghetti-Spinat-Omelett	10 7
<b>Salate</b>	
<b>A</b>	
Avocado-Chicorée-Salat	12 32
Avocado-Salat mit Garnelen	6 34
<b>B</b>	
Bohnen-Kasseler-Salat	7 9
Bohnen-Salat (mexikanischer)	12 35
Bohnen-Salat mit Hackspießchen	6 45
<b>C</b>	
Chicorée-Salat (knackiger)	12 54
<b>E</b>	
Eier-Gemüse-Salat (bunter)	12 37
<b>F</b>	
Frühlings-Salat	4 50
<b>G</b>	
Geflügel-Cocktail (fruchtiger)	12 32
Geflügel-Cocktail mit Früchten	11 33
Grüne-Bohnen-Salat mit Matjes	6 43
Gurken-Ei-Salat mit Lachswürfeln	6 34
<b>K</b>	
Käse-Salat (geschichteter)	6 44
Kartoffelsalat mit Räucherfisch	11 66
Kartoffel-Salat (pikanter) zu Frikadellen	12 37
Kartoffel-Spinat-Salat	6 45
Krautsalat mit zweierlei Wurst	12 38
<b>M</b>	
Mozzarella-Melonen-Salat	6 35
<b>N</b>	
Nudel-Salat mit Hähnchen	6 44
Nudelsalat mit Lachsroschen	10 14
Nudelsalat mit Spinat und Krabben	11 32
<b>P</b>	
Paprika-Salat mit Schafskäse	6 43
<b>R</b>	
Reissalat (tropischer)	1 53
Römersalat mit warmem Mozzarella	11 33
Rohkost (knackige)	2 35
<b>S</b>	
Salat (knackiger) mit Champignons	10 62
Salat mit fritierten Gouda-Sticks	3 35

	Heft / Seite
Salat (fernöstlicher) mit Putenbrust	12 35
Salat (herzhafter) mit roten Linsen	9 28
Salat-Platte (französische)	12 34
Salatplatte (herzhafte) mit Ei	6 36
Salatteller mit Hähnchenfilet	2 58
Sauerkrautsalat mit Shrimps	11 53
Spargel-Cocktail	6 35
Spargelsalat (bunter)	5 15
<b>T</b>	
Thunfisch-Salat (bunter)	6 46
Tomaten-Bohnen-Salat	8 25
Tomaten-Cocktail mit Lachs	12 33
Tortellini-Salat mit Schinken	12 36
<b>W</b>	
Weizen-Gemüse-Salat	11 32
Wintersalat (bunter) mit Ei	2 76
Winter-Salat mit Haferkörnern	1 60
Wurst-Käse-Teller (deftiger)	1 58
<b>Schnell &amp; pfiffig</b>	
<b>A</b>	
Aprikosen-Buttermilch-Kaltschale	7 38
<b>B</b>	
Backfisch mit Senfsoße und Püree	3 30
Baguette (gefülltes)	9 52
Bandnudeln mit Zitronen-Lachs-Soße	7 37
Bauernbrot mit Pute und Ananas	1 54
Blumenkohl-Curry mit Ei	7 30
Bohnen-Pfanne (mexikanische)	6 11
Bohnen-Wurst-Ragout	8 52
Bratnudeln (chinesische)	10 32
<b>C</b>	
Champignon-Leber-Pfanne	6 64
Chicorée mit Hacksoße und Reis	2 70
Chinakohl-Eintopf	10 58
China-Pfanne (bunte)	6 58
<b>E</b>	
Eier (pochierte) auf Toast	4 60
Eier in Krabben-Senfsoße	12 58
Eier in pikanter Senfsoße	11 40
Eier in Senf-Kräuter-Soße	6 66
Eierragout (buntes)	5 58
<b>F</b>	
Fischfilet (feines) auf Gurken-Reis	9 58
Fischhappen in feuriger Soße	10 28
Fisch-Teller (feiner)	12 50
Frikadelle mit Salat	5 52
Frühlings-Salat	4 50
<b>G</b>	
Garnelen auf Paprikagemüse	7 35
Garnelen in Knoblauch	11 37
Gemüse (buntes) mit Hack	6 9
Gemüse mit Pesto-Sahne und Ei	7 35
Gemüse-Gulasch	8 52
Gemüse-Hack-Pfanne	11 58
Gemüse-Pfännchen (buntes)	8 50
Gemüse-Quark zu Pellkartoffeln	5 50
Gemüse-Spaghetti	7 50
Gurken-Schnitzel-Fleisch	7 56
<b>H</b>	
Hack-Pfanne (würzige)	5 52
Hähnchen auf Gemüse	6 58
Hähnchenfilet „Madras“	7 34
<b>J</b>	
Joghurt-Knoblauch-Suppe	7 38
<b>K</b>	
Käse-Sprossen-Sandwich	1 54

	Heft /	Seite
Kartoffel mit Curry-Fleischsalat	9	50
Kartoffel-Ragout mit Kasseler und Ei	5	50
Kartoffel-Taler zu Kräuterpilzen	11	40
Kartoffel-Wurst-Pfanne mit Chinakohl	6	13
Kasseler-Pilz-Ragout in Pastetchen	11	26
Krabben-Ei-Toast	9	52
Kräuter-Rührei mit Paprika	1	60
<b>L</b>		
Lachs (überbackener) mit Béarnaise	12	30
Lachsschnitten in Joghurt-Kräuter-Soße	4	11
<b>M</b>		
Makkaroni mit Erbsen und Salami	7	56
Matjes mit Preiselbeer-Schmand	5	60
Meeresfrüchte-Pfanne (bunte)	10	66
Milchreis mit Kirschen	11	41
<b>N</b>		
Nudeln mit Tomaten-Putenragout	7	36
Nudel-Omelett	7	50
Nudelpfanne mit Fleischwurst	11	41
Nudelpfanne mit Wurstklößchen	10	11
<b>P</b>		
Paprika mit Gemüsequark	7	52
Paprika-Pfanne „süßsauer“	6	14
Pfannkuchen mit Erdbeeren und Quark	6	56
Pfirsich-Kaltschale mit Milchreis	7	39
Pfirsich-Pfannkuchen	10	56
Pilz-Wurst-Ragout zu Knödeln	2	28
Pizza-Brot mit Mozzarella und Salami	5	28
Putenbrust mit Avocado-Creme	3	72
Putensteaks zu Gemüse	4	50
<b>R</b>		
Ragout mit Bohnen	12	50
Reispfanne (bunte) mit Klößchen	4	30
Röstkartoffeln (bunte) mit Kasseler-Steak	9	50
Rosenkohl mit Wurst	11	58
Rosenkohl zu Wurst-Kartoffel-Püree	2	70
<b>S</b>		
Salat (herzhafter) mit roten Linsen	9	28
Schaum-Omelett mit buntem Gemüse	10	56
Schinken-Nudeln mit Gemüse	3	72
Schmorgurken-Pfanne mit Mettbällchen	8	20
Schollenfilet (pikantes)	1	63
Spaghetti mit Oliven und Schafskäse	7	36
Spaghetti mit Shrimps	1	63
Spargel (überbackener) mit Schinken	6	28
<b>T</b>		
Thunfisch-Pizza mit Oliven	1	30
Tomaten-Hackfleisch-Topf	10	64
Tomatensuppe (kalte) mit Käseklößchen	7	39
Tomaten-Thunfisch-Pizza (schnelle)	7	40
Tomaten-Zucchini-Gratin	7	52
<b>V</b>		
Vanille-Nudeln mit Nougatsoße	3	74
<b>W</b>		
Wurst-Käse-Teller (deftiger)	1	58
Wursttopf (süß-saurer)	9	13

## Für kleine Haushalte

<b>A</b> Ananas-Schinken-Pizza	1	58
-----------------------------------	---	----

	Heft /	Seite
<b>B</b>		
Baguette (gefülltes)	9	52
Bauernbrot mit Pute und Ananas	1	54
Bauernfrühstück	3	68
Blumenkohl in Ei-Soße	2	32
Blumenkohl-Curry mit Ei	7	30
Bohnen-Wurst-Ragout	8	52
<b>C</b>		
Chicorée mit Hacksoße und Reis	2	70
Chinakohl-Eintopf	10	58
China-Pfanne (bunte)	6	58
<b>E</b>		
Erdbeeren mit Grießhaube	6	56
<b>F</b>		
Fischfilet (überbackenes)	2	76
Fisch-Teller (feiner)	12	50
Frikadelle mit Salat	5	52
Frikadelle mit Schmorgemüse	8	50
Frühlings-Salat	4	50
<b>G</b>		
Garnelen mit Avocadocreme	7	54
Gemüse (buntes) mit Hack	6	9
Gemüse-Gulasch	8	52
Gemüse-Hack-Pfanne	11	58
Gemüse-Pfännchen (buntes)	8	50
Gemüse-Quark zu Pellkartoffeln	5	50
Gemüse-Spaghetti	7	50
<b>H</b>		
Hack-Pfanne (würzige)	5	52
Hähnchen auf Gemüse	6	58
Hähnchenfilet mit Austernpilzen	3	66
Hähnchenkeule zu Curry-Gemüse	3	66
Hähnchenkeulen auf China-Gemüse	2	33
<b>K</b>		
Käse-Sprossen-Sandwich	1	54
Kartoffel mit Curry-Fleischsalat	9	50
Kartoffel-Fisch-Auflauf	6	66
Kartoffel-Ragout mit Kasseler und Ei	5	50
Kartoffelsuppe mit Würstchen	2	32
Krabben-Ei-Toast	9	52
<b>L</b>		
Lachs (überbackener) mit Béarnaise	12	30
Lauch-Kartoffelpfanne	3	68
Lauch-Puffer mit Lachs	3	74
<b>M</b>		
Meeresfrüchte-Pfanne (bunte)	10	66
<b>N</b>		
Nudel-Omelett	7	50
<b>P</b>		
Paprika mit Gemüsequark	7	52
Pfannkuchen mit Erdbeeren und Quark	6	56
Pfirsich-Pfannkuchen	10	56
Pilz-Wurst-Ragout zu Knödeln	2	28
Putensteaks zu Gemüse	4	50
<b>R</b>		
Ragout mit Bohnen	12	50
Röstkartoffeln (bunte) mit Kasseler-Steak	9	50
Rosenkohl mit Wurst	11	58
Rosenkohl zu Wurst-Kartoffel-Püree	2	70
Rosenkohl-Suppe	10	58
<b>S</b>		
Schaum-Omelett mit buntem Gemüse	10	56
Schollenfilet (pikantes)	1	63
Spaghetti mit Shrimps	1	63
Spaghetti-Spinat-Omelett	10	7

	Heft /	Seite
Spargel (überbackener) mit Schinken	6	28
<b>T</b>		
Tomaten-Zucchini-Gratin	7	52

## Kinder-Rezepte

<b>H</b>		
Hack-Auflauf (herzhafter)	6	30
<b>K</b>		
Kartoffelsalat mit Ei	3	32
Kartoffelsuppe (bunte)	9	30
Knusper-Häufchen 5mal anders	11	20
<b>N</b>		
Nudelpfanne (bunte)	1	32
<b>O</b>		
Osterhase (süßer)	4	22
<b>P</b>		
Papageien-Kuchen (lustiger)	2	30
Puten-Gyros (würziges)	10	30
<b>Q</b>		
Quark-Puffer (knusprige)	7	32
<b>S</b>		
Spaghetti in Schinken-Sahne	8	22
Stern-Männchen (lustige)	12	22
<b>Z</b>		
Zitronen-Herzen (bunte)	5	30

## Internationale Spezialitäten

<b>E</b>		
Erbsensuppe (deftige)	2	81
<b>F</b>		
Fleischbällchen (indische)	3	81
Fleischspieße (würzige)	7	65
<b>G</b>		
Gumbo – kreolischer Eintopf	9	63
<b>J</b>		
Julschinken mit würzigem Rotkohl	12	63
<b>K</b>		
Karpfen „ungarisch“ (pikanter)	11	71
Knoblauch-Hähnchen (französisches)	10	71
<b>L</b>		
Lammrücken auf irische Art	4	65
<b>R</b>		
Ravioli auf Genueser Art	6	71
<b>S</b>		
Schweinelende in Wirsinghülle	5	65
<b>T</b>		
Tapas – Leckereien aus Spanien	8	63
<b>Z</b>		
Zwiebelkuchen (Elsässer)	1	65

## Einmachen / Einlegen

<b>A</b>		
Aprikosen-Kiwi-Konfitüre	7	23
<b>K</b>		
Kirsch-Marmelade mit Rotwein	7	22
<b>M</b>		
Melonen-Himbeer-Konfitüre	7	23
<b>O</b>		
Orangen-Brombeer-Gelee	7	23

	Heft / Seite	
<b>Kalorienarm</b>		
<b>B</b>		
Baguette (gefülltes)	9	52
Bauernfrühstück	3	68
Blumenkohl in Ei-Soße	2	32
Bohnen-Kasseler-Salat	7	9
Bohnen-Tomaten-Auflauf	7	12
Bohnen-Wurst-Ragout	8	52
<b>C</b>		
Chicorée mit Hacksoße und Reis	2	70
Chinakohl-Eintopf	10	58
China-Pfanne (bunte)	6	58
<b>E</b>		
Eier in Petersiliensoße	2	35
<b>F</b>		
Fisch-Teller (feiner)	12	50
Fleisch (dreierlei gebratenes)	10	34
Frikadelle mit Salat	5	52
Frühlings-Salat	4	50
<b>G</b>		
Garnelen in Knoblauch	11	37
Geflügel-Cocktail mit Früchten	11	33
Gemüse-Auflauf (italienischer)	8	9
Gemüse-Auflauf mit Gouda	8	58
Gemüse-Gulasch	8	52
Gemüse-Gulasch-Topf	3	62
Gemüse-Hack-Pfanne	11	58
Gemüse-Pfännchen (buntes)	8	50
Gemüsepfanne (bunte)	2	34
Gemüseplatte mit zweierlei Soßen	9	58
Gemüse-Püree mit Spiegelei	10	66
Gemüse-Quark zu Pellkartoffeln	5	50
Gemüse-Spaghetti	7	50
Gemüsesuppe mit Grünkern	5	60
Gemüsetopf mit Kichererbsen	3	74
Gurkenfleisch (pikantes)	3	72
<b>H</b>		
Hack-Pfanne (würzige)	5	52
Hackröllchen (türkische)		
in Minz-Joghurt-Soße	8	10
Hähnchen auf Gemüse	6	58
Hähnchenfilet mit Austernpilzen	3	66
Hähnchenkeulen auf		
Bohnen-Gemüse	9	32
Hähnchenkeulen auf		
China-Gemüse	2	33
<b>K</b>		
Kabeljau in Orangen-Soße	1	60
Käse-Sprossen-Sandwich	1	54
Kaninchen-Rosenkohl-Topf	11	64
Kartoffel mit Curry-Fleischsalat	9	50
Kartoffel-Fisch-Auflauf	6	66
Kartoffel-Ragout mit		
Kasseler und Ei	5	50
Kartoffelsuppe mit Würstchen	2	32
Kasseler auf Apfel-Sauerkraut	11	55
Kohlrabi (gefüllte) mit Linsen	4	60
Krabben-Ei-Toast	9	52
Kräuter-Fischröllchen	2	54
Kräuter-Rührei mit Paprika	1	60
<b>L</b>		
Lauch-Kartoffelpfanne	3	68
<b>M</b>		
Maiskolben zu Medaillons	8	56
Minestrone mit Nudeln	11	36
<b>N</b>		
Nudel-Omelett	7	50
Nudelsalat mit Spinat und Krabben	11	32

	Heft / Seite	
<b>P</b>		
Paprika mit Gemüsequark	7	52
Pfirsich-Pfannkuchen	10	56
Putenbrust auf rheinische Art	3	11
Putenbrust mit Avocado-Creme	3	72
Putenkeulen auf buntem Paprika	9	34
Putensteaks zu Gemüse	4	50
<b>R</b>		
Ragout mit Bohnen	12	50
Römersalat mit		
warmem Mozzarella	11	33
Röstkartoffeln (bunte) mit		
Kasseler-Steak	9	50
Rohkost (knackige)	2	35
Rosenkohl mit Wurst	11	58
Rosenkohl zu		
Wurst-Kartoffel-Püree	2	70
Rosenkohl-Suppe	10	58
<b>S</b>		
Salat (herzhafter) mit		
roten Linsen	9	28
Salatteller mit Hähnchenfilet	2	58
Sauerkrautsalat mit Shrimps	11	53
Schaum-Omelett mit		
buntem Gemüse	10	56
Schmorgemüse mit Mozzarella	6	10
Scholle (gebratene) mit Spinat	7	58
Schollenfilet (pikantes)	1	63
Schwarzwurzeln (überbackene)	1	13
Schweinefilet auf		
feinem Gemüse	5	58
Schweinefleisch süß-sauer	10	43
Schweinefleisch „Vindaloo“	10	45
Spaghetti mit Shrimps	1	63
Spargelsalat (bunter)	5	15
Stangenspargel mit		
Nuß-Ei-Vinaigrette	5	14
Steckrüben-Möhren-Topf	12	58
Suppe (frische) mit Croûtons	6	66
<b>T</b>		
Tomatentopf (pikanter)	8	24
Tomaten-Zucchini-Gratin	7	52
<b>W</b>		
Weizen-Gemüse-Salat	11	32
Wintersalat (bunter) mit Ei	2	76
Wurst-Käse-Teller (deftiger)	1	58

## Vollwert/Vegetarische Küche/ ohne Fleisch

<b>A</b>		
Austernpilz-Möhren-Pfanne	11	66
<b>B</b>		
Blumenkohl-Broccoli-Auflauf	7	58
Blumenkohl-Curry-Auflauf	10	66
Bohnenpfanne (mexikanische)	6	11
Bohnen-Tomaten-Auflauf	7	12
Buchweizen-Puffer mit Gemüse	12	58
<b>E</b>		
Eier in Krabben-Senfsoße	12	58
<b>G</b>		
Gemüse-Auflauf mit Gouda	8	58
Gemüsekuchen (saftiger)	4	60
Gemüse-Linsen-Lasagne	2	76
Gemüseplatte mit zweierlei Soßen	9	58
Gemüse-Püree mit Spiegelei	10	66
Gemüsesuppe (italienische)	9	54
Gemüsesuppe mit Grünkern	5	60
Gemüsetopf mit Kichererbsen	3	74

	Heft / Seite	
Gemüsezwiebeln (gebackene)	1	60
<b>H</b>		
Hirse-Joghurt mit Beeren	7	58
Hirse-Klößchen am Spieß	8	58
Hirse-Puffer mit Porree	11	66
<b>K</b>		
Käse-Kartoffeln (überbackene)	5	60
Käse-Spätzle (überbackene)	10	10
Kartoffelbällchen mit Nuß-Rotkohl	10	66
Kartoffel-Fisch-Auflauf	6	66
Kartoffelpfanne (griechische)	7	58
Kartoffel-Taler zu Kräuterpilzen	11	40
Kohlrabi (gefüllte) mit Linsen	4	60
<b>M</b>		
Möhren-Kräuter-Lasagne	9	58
Mohn-Knödel mit Kompott	11	66
<b>P</b>		
Pilzpfanne zu Kümmel-Kartoffeln	9	58
<b>S</b>		
Schaum-Omelett mit		
buntem Gemüse	10	56
Schmorgemüse mit Mozzarella	6	10
Schneidebohnen in		
Joghurt-Curry-Soße	7	13
Sesam-Piroggen mit Spitzkohl	6	66
Steckrüben-Möhren-Topf	12	58
Suppe (frische) mit Croûtons	6	66
<b>T</b>		
Tofu-Schnitten in Sesamhülle	3	74
Tomaten-Zucchini-Gratin	7	52
<b>W</b>		
Winter-Salat mit Haferkörnern	1	60

## Für Diabetiker

<b>B</b>		
Bauernbrot mit		
Pute und Ananas	1	54
Biskuitrolle mit Orangensahne	4	52
<b>C</b>		
Chicorée mit Hacksoße und Reis	2	70
<b>D</b>		
Dinkeltaler (knusprige)	11	56
<b>E</b>		
Erdbeeren mit Grießhaube	6	56
<b>F</b>		
Frikadelle mit Schmorgemüse	8	50
Früchte (marinierte) zu Eis	2	56
<b>G</b>		
Gemüse-Pfännchen (buntes)	8	50
Gemüse-Quark zu Pellkartoffeln	5	50
Grießflammeri mit Kirschen	2	56
<b>H</b>		
Hähnchenfilet mit Austernpilzen	3	66
Hähnchenkeule zu Curry-Gemüse	3	66
Himbeer-Götterspeise mit		
Pfirsichen	2	57
<b>K</b>		
Käse-Sprossen-Sandwich	1	54
Kartoffel mit Curry-Fleischsalat	9	50
Kartoffel-Ragout mit		
Kasseler und Ei	5	50
<b>M</b>		
Mandel-Früchte-Stollen	12	48
<b>P</b>		
Paprika mit Gemüsequark	7	52

	Heft / Seite	
Pfannkuchen mit Erdbeeren und Quark	6	56
Pfirsich-Pfannkuchen	10	56
Pflaumen-Terrassen-Herzen	12	48
<b>R</b>		
Rhabarber-Vanille-Törtchen	4	52
Röstkartoffeln (bunte) mit Kasseler-Steak	9	50
Rosenkohl zu Wurst-Kartoffel-Püree	2	70
<b>S</b>		
Schaum-Omelett mit buntem Gemüse	10	56
Spritzgebäck (buntes)	11	56
<b>T</b>		
Tomaten-Zucchini-Gratin	7	52
<b>Z</b>		
Zitrus Salat mit Dickmilch-Haube	2	70
<b>Für Gäste und Feste</b>		
<hr/>		
<b>A</b>		
Apfel-Remoulade	6	53
Apfel-Tarte (saftige)	8	45
Aufschnitt-Platte mit Röstbrot	9	42
<b>B</b>		
Baguette-Brötchen (würzige)	1	44
Bandnudeln mit Garnelen	4	44
Bandnudeln mit Salbeibutter	9	43
Blattsalat (bunter)	1	44
Blattsalat (gemischter)	4	45
Blattsalat (knackiger)	7	46
Bohnen (weiße) in Olivenöl	9	43
Bohnen-Salat (mexikanischer)	12	35
Bohnen-Salat mit Hackspießen	6	45
Brotsalat mit Paprika	9	42
Burgunder-Rollbraten	10	50
<b>C</b>		
Camembert (eingelegter)	8	45
Cheeseburger (würzige)	7	44
China-Salat mit Putenbrust	1	44
Curry-Joghurt-Dip	6	53
<b>E</b>		
Eier-Gemüse-Salat (bunter)	12	37
Eisbein in feinsauerm Aspik	3	15
Erdnuß-Dip	2	63
<b>F</b>		
Feuriges vom Schwein	2	62
Fischplatte (gebackene)	2	62
Fleischklößchen mit Preiselbeer-Sahne	6	52
Fleischspießchen (knusprige)	2	62
Fruchtkompott mit Vanillesahne	11	51
Früchte (bunte) in Sekt-Gelee	5	36
<b>G</b>		
Gänsebraten und gefüllte Äpfel	11	50
Geflügel-suppe	2	62
Gemüsepfanne (bunte)	2	62
Grießflammeri mit Rum-Früchten	1	45
Gulaschsuppe (herzhafte)	3	60
Gurkensuppe (kalte)	6	52
<b>H</b>		
Hackbällchen mit Senf-Dip	3	60
Hähnchenflügel (glasierte)	7	44
Hähnchenkeulen (dreierlei)	1	45
Hähnchenkeulen (knusprige)	8	44

	Heft / Seite	
Himbeer-Schichtspeise	5	37
Honig-Senf-Soße	7	44
Hot dogs (pikante)	7	44
Hühnercurry (pikantes)	2	62
<b>J</b>		
Julshinken mit würzigem Rotkohl	12	63
<b>K</b>		
Käse-Salat (geschichteter)	6	44
Kartoffel-Broccoli-Ragout in Käsesoße	10	51
Kartoffel-Häppchen (feine)	3	60
Kartoffel-Kürbis-Suppe	10	50
Kartoffel-Mais-Puffer zu Matjes-Tatar	3	14
Kartoffeln, Grill-Tomaten & Maiskolben	7	46
Kartoffelpuffer „Pizza Art“	10	50
Kartoffelsalat (bunter)	10	50
Kartoffel-Salat (pikanter) zu Frikadellen	12	37
Kartoffel-Speck-Salat	1	44
Kartoffel-Spinat-Salat	6	45
Knoblauch-Dip	6	53
Kokos-Dip	2	63
Krabben-Cocktail mit Chicorée	1	44
Kräuter-Vinaigrette	8	45
Krautsalat mit zweierlei Wurst	12	38
<b>L</b>		
Lachsrollchen (gefüllte)	6	52
Lasagne mit Bolognese	4	44
Lauch-Kuchen mit Lachs	3	61
Liebesknochen (gefüllte)	5	45
Löwen-Gebrau	5	45
Löwentatzen mit Mandelkrallen	5	44
<b>M</b>		
Mango-Sahne-Chutney	12	44
Meerrettich-Dip	12	44
Möhren-Krautsalat	7	46
Muschelnudeln (gefüllte)	4	44
<b>N</b>		
Nackenkoteletts mit Rosmarin	7	46
Nudel-Salat mit Hähnchen	6	44
Nußbrot (würziges)	12	42
<b>O</b>		
Obstsalat (exotischer)	2	63
Ofenkartoffeln (würzige)	6	53
Orangen-Ente (kalte)	1	44
<b>P</b>		
Paprika-Putenspieße	7	44
Pastetchen mit Putenragout	3	60
Petits fours (zarte)	3	61
Pfirsiche mit Baiser-Haube	5	37
Pilzbrühe mit Schnittlauch	11	50
Pilz-Teller (gemischter)	9	43
Pizzas (knusprige Mini-)	3	61
Pumpnickel-Taler (bunt belegte)	11	50
Pute (gefüllte) auf Wirsing	12	9
Putenbrust mit gefülltem Gemüse	12	42
<b>R</b>		
Reis (zweierlei)	2	63
Rohkost-Platte (bunte)	8	44
Rote Grütze (dänische)	6	53
Rotkohl und Kartoffelknödel	11	50
Rotwein-Zwiebeln	9	42
<b>S</b>		
Salami-Ecken (würzige)	3	61
Salat (bunter) mit Ei	5	44

	Heft / Seite	
Salat (fernöstlicher) mit Putenbrust	12	35
Sandkuchen mit Mandarinen	5	44
Sauce Tartare	8	45
Schinken-Käse-Schnecken	12	44
Schoko-Amaretto-Bombe	5	36
Schoko-Nuß-Croissants	8	45
Schoko-Torte mit Pinienkernen	9	43
Schweinebraten (Florentiner)	9	42
Senf-Dill-Soße	6	53
Sherry-Creme (feine)	12	44
Shrimps und Matjes auf Eis	6	53
Spaghetti mit drei Soßen	4	45
Champignon-Schinken-Soße	4	45
Feurige Tomatensoße	4	45
Petersilien-Pesto	4	45
Sparerips (knusprige)	7	44
<b>T</b>		
Tirami su mit Amaretto	4	45
Tomaten-Dip	2	63
Tomaten-Sauerkraut-Suppe	12	42
Tomatensoße (feurige)	7	44
Tortellini-Salat (bunter)	4	44
Tortellini-Salat mit Schinken	12	36
<b>W</b>		
Würstchentopf (heißer)	5	44
Wurst im Teigmantel	8	44
<b>Z</b>		
Zitronen-Joghurt-Creme mit Früchten	10	51
Zucchini-Auflauf (feiner)	9	43
Zwiebel-Quiche (herzhafte)	8	44
<b>Getränke</b>		
<hr/>		
<b>A</b>		
Amaretto-Eiskaffee	1	47
<b>B</b>		
Buttermilch-Zitronen-Shake	8	47
<b>E</b>		
Eistee mit Himbeeren	7	48
Erdbeer-Bananen-Drink	2	35
<b>K</b>		
Kirsch-Amaretto-Mix	9	45
Kirsch-Longdrink	7	48
Kirsch-Milch-Mix	8	47
Kokos-Kaffee mit Vanille	1	47
Kräuter-Buttermilch-Shake	2	35
<b>M</b>		
Maracuja-Apfelsaft-Schorle	9	45
Möhren-Orangen-Mix	2	35
Mokka-Punsch mit Orange	1	47
<b>O</b>		
Orangen-Drink	9	45
<b>S</b>		
Sekt-Cocktail mit Cassis	8	47
<b>Z</b>		
Zimt-Kaffee (würziger)	1	47
Zitronen-Cidre-Bowle	7	48
<b>Backen</b>		
<hr/>		
herzhafte		
<b>A</b>		
Ananas-Schinken-Pizza	1	58
<b>G</b>		
Gemüsekuchen (saftiger)	4	60

	Heft / Seite
<b>M</b>	
Makkaroni-Gemüse-Kuchen	10 7
<b>P</b>	
Pizza	
(schnelle Tomaten-Thunfisch-)	7 40
Pizza (Thunfisch-) mit Oliven	1 30
Pizza mit Schinken und Pilzen	11 36
<b>R</b>	
Rosenkohl-Kuchen (würziger)	1 10
<b>T</b>	
Tomaten-Hack-Kuchen vom Blech	8 26
<b>W</b>	
Wirsing-Speck-Torte	11 35
Wurst-Quiche (herzhafte)	10 64
<b>Z</b>	
Zwiebelkuchen (Elsässer)	1 65
Zwiebelkuchen mit Gouda-Kruste	11 34
<b>sÜß</b>	
<b>A</b>	
Apfelkuchen (Allländer)	9 22
Apfelkuchen (feiner)	3 19
Apfelkuchen mit Streuseln	10 73
Apfel-Marzipan-Kuchen	9 18
Apfel-Napf-Kuchen (russischer)	9 21
Apfel-Schlupf-Kuchen	9 20
Apfel-Taler mit Eierlikör	1 22
Apfel-Zimt-Küchlein	9 19
Aprikosen-Butterkuchen	11 45
Aprikosen-Gitterkuchen	2 17
Aprikosen-Hefekranz	10 22
Aprikosen-Marzipan-Windmühlen	8 37
Aprikosen-Pinien-Kugeln	11 12
Aprikosen-Quark-Sahne-Torte	7 19
Aprikosen-Zimt-Sterne	11 14
Aprikosen-Zitronen-Küchlein	1 21
<b>B</b>	
Bethmännchen	11 7
Birnen-Schoko-Kuchen	8 34
Biskuitrolle mit Eierlikör-Sahne	4 17
Biskuitrolle mit Orangensahne	4 52
Bratapfel-Kuchen (feiner)	9 17
<b>C</b>	
Cappuccino-Kranzkuchen	5 20
Champagner-Torte	11 44
Crème-Törtchen mit Früchten	8 36
<b>D</b>	
Dattel-Schoko-Küchlein	11 12
Dinkeltaler (knusprige)	11 56
<b>E</b>	
Eierlikör-Gugelhupf	10 19
Eierlikör-Sahne-Torte (traumhafte)	11 73
Erdbeer-Aprikosen-Torte	6 18
Erdbeer-Baisertorte mit Eierlikör	6 19
Erdbeer-Käse-Kuchen	6 17
Erdbeer-Schnitten vom Blech	6 21
<b>F</b>	
Florentiner Ecken	11 15
Frankfurter-Kranz-Schnitten	2 19
Frischkäse-Torte mit Melone	7 18
Früchte-Nuß-Brot	11 7
<b>G</b>	
Gelee-Plätzchen (gefüllte)	11 13
<b>H</b>	
Hahn mit Rosinen und Nüssen	4 34
Hefe-Küchlein	3 83
Heidelbeer-Joghurt-Törtchen	7 17
Himbeer-Käsesahne-Torte	4 19

	Heft / Seite
Himbeer-Sahne-Torte	8 39
Himbeer-Tarte mit Vanille-Quark	8 40
Honig-Mohn-Rolle	11 10
<b>I</b>	
Ingwer-Mandel-Kissen	11 13
<b>K</b>	
Käsekuchen (gebackener)	1 67
Käse-Sahne-Torte mit Aprikosen	11 46
Käse-Sahne-Torte mit Orangen	12 19
Käse-Streusel-Torte mit Johannisbeeren	8 35
Kirsch-Butterkuchen	8 35
Kirsch-Joghurt-Schnitten	7 21
Kirsch-Kokos-Kuchen	8 33
Kirsch-Sahne-Omeletts	8 36
Kirschi-Creme-Schnitten	3 23
Knusper-Häufchen 5 mal anders	11 20
Kokos-Nuß-Torte	5 19
Krokant-Törtchen mit Erdbeeren	6 20
<b>L</b>	
Lebkuchen-Ecken mit Schmandguß	12 20
<b>M</b>	
Mandarinen-Sekt-Torte	8 65
Mandel-Butterkuchen	2 21
Mandel-Früchte-Stollen	12 48
Mandelhörnchen (zarte)	1 20
Mandel-Rehrücken	3 19
Marmorkuchen mit Ananas	2 20
Marzipan-Herzen (zarte)	11 13
Marzipan-Kranz (Kopenhagener)	3 22
Marzipan-Nuß-Kranz	4 40
Marzipan-Nuß-Törtchen	1 19
Marzipan-Nuß-Torte	12 18
Mohnkuchen (Thüringer)	3 21
Mohn-Marmorkuchen	10 20
Mokka-Mandel-Kuchen	10 23
Mokka-Taler (gefüllte)	11 14
Monde und Sterne	11 7
<b>N</b>	
Nußkuchen mit Kirschen	10 19
<b>O</b>	
Obst-Sahne-Torte	5 23
Obsttorte (bunte) mit Kokos	4 18
Obsttorte mit Vanille-Sahne	8 38
Orangenkuchen (gefüllter)	10 21
Orangen-Plätzchen	11 15
Orangen-Zimt-Kuchen	11 7
Osterhase (süßer)	4 22
<b>P</b>	
Papageien-Kuchen (lustiger)	2 30
Pfirsichkuchen mit Buttermilch-Guß	7 17
Pfirsich-Schoko-Torte	8 39
Pfirsich-Torte (österliche)	4 17
Pflaumen-Baiser-Torte	8 30
Pflaumen-Krokant-Schnitten	1 19
Pflaumen-Terrassen-Herzen	12 48
Pflaumentorte mit Rahmguß	9 65
Pistazien-Kirsch-Kranz	11 11
<b>Q</b>	
Quark-Himbeer-Torte (gebackene)	7 20
Quarkstollen (saftiger)	11 9
<b>R</b>	
Rhabarber-Schnitten (saftige)	5 67
Rhabarber-Vanille-Törtchen	4 52
Rocher-Torte (feine)	4 67
Rosinenblüten (knusprige)	11 13
Rübli-Kranzkuchen	4 21

	Heft / Seite
<b>S</b>	
Schicht-Torte (köstliche)	2 83
Schmand-Waffeln mit Kompott	1 23
Schoko-Apfel-Torte	9 17
Schoko-Crossies und gefüllte Datteln	11 7
Schoko-Erdbeer-Torte	6 22
Schoko-Kirsch-Kuchen (feiner)	7 67
Schoko-Kuchen (französischer)	12 21
Schokoladen-Trüffel-Torte	11 45
Schoko-Schnitten mit Mokkasahne	2 17
Schoko-Stern mit Baiser	11 8
Schoko-Törtchen	5 19
Spritzgebäck (buntes)	11 56
Stachelbeer-Kuchen (saftiger)	6 73
Stachelbeer-Rahm-Kuchen	8 33
Stern-Männchen (lustige)	12 22
<b>V</b>	
Vanille-Kirsch-Torte	12 17
Vanille-Reiskuchen	2 18
<b>W</b>	
Waffeltorte mit Himbeersahne	5 22
Whiskey-Sahne-Torte	12 17
<b>Z</b>	
Zimt-Mascarpone-Torte	12 65
Zimt-Nuß-Stangen	11 13
Zitronen-Buttermilch-Kuchen	4 20
Zitronen-Herzen (bunte)	5 30
Zitronen-Joghurt-Torte mit Erdbeeren	6 17
Zitronen-Kuchen (fruchtiger)	8 32
Zitronen-Schmand-Kuchen	5 21
Zucker-Brezel mit Aprikosen	4 38
Zupfkuchen (Grund-Rezept)	5 54
Zupfkuchen mit Aprikosen	3 20
Zwetschen-Kuchen mit Mandelkrokant	8 30
Zwetschen-Kuchen mit Schmandguß	8 31
<b>Pralinen – selbstgemacht:</b>	
Amaretto-Konfekt	11 18
Cappuccino-Trüffel	11 18
Marzipan- und Trüffel-Eier	4 38
Nougat-Sahne-Nüsse	11 19
Orangen-Marzipan-Sterne	11 19
Whiskey-Creme-Trüffel	11 19
<b>Im EXTRA zum Sammeln</b>	
<b>Die Nudel-Diät für 7 Tage</b>	
Bandnudeln mit Hähnchen	2 53
Nudel-Gemüse-Salat	2 53
Nudeln mit Broccoli	2 36
Nudelsalat (bunter)	2 36
Penne mit Hackbällchen	2 36
Spaghetti mit Hacksoße	2 53
Spaghetti mit Pilzsoße	2 36
<b>Warenkunde</b>	
Alles über exotische Früchte	1 48/49
Rund um den Tee	2 65
Frische Kräuter	4 48
Speiseöl	6 48
Tomaten	8 27
Neues bei Brot	9 48
Nudeln	10 16