



Jahres-Rezeptregister 2017

Die Rezeptregister von 1995 bis 2016 finden Sie ebenfalls im Internet unter
www.kochen-und-genuessen.de – zum Downloaden und Ausdrucken.



VORSPEISEN & SNACKS	2
HAUPTGERICHTE	
Fleisch	2-3
Geflügel & Wild	3
Fisch & Meeresfrüchte	3-4
Gemüse	4
Eierspeisen	4
DESSERTS & SÜSSPEISEN	4-5
SUPPEN & EINTÖPFE	5
AUFLÄUFE & GRATINS	5
OFENGERICHTE	5-6
KARTOFFELGERICHTE	6
NUDEL-, REIS- & GETREIDGERICHTE	6-7
SALATE	7
SOSSEN, DIPS & AUFSTRICHE	7
SCHNELL & PFIFFIG	7-8
INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN	8
EINMACHEN & EINLEGEN	8
GESUNDE KÜCHE	
Vollwertgerichte & Ohne Fleisch	8-9
Kalorienarm	9
FÜR GÄSTE & FESTE	9-10
GETRÄNKE	10
BACKEN	
Herzhaft	10
Süß	10-11
EXTRAS	
Schnelle Küche	11
4-Zutaten-Küche	12
Partysalate	12
Plätzchenzeit	12

VORSPEISEN & SNACKS

	Heft / Seite
Avocado aus dem Ofen mit Ei und Speck	3 28
Aztekenbrötchen mit Quarkdip	11 47
Basilikum-Lachsrollchen	5 43
Bauernschnitzel mit Hähnchen und Avocado	2 47
Brottürmchen, knusprige, mit Pfefferlingen	8 24
Caprese-Krönchen	6 22
Cremesüppchen, Sellerie-, mit Mett und Knusperkartoffeln	12 9
Croque Madame, klassischer	10 27
De-luxe-Bagel mit Forellenfilet	2 47
Empanadas mit Kartoffel-Harzer-Füllung	3 12
Filethappen, goldbraune, mit Paprikadip	7 26
Galette-Röllchen, mit Lachs gefüllte	11 36
Goldfisch-Spiegeleier	6 46



Pumpnickelstreifen
Heft 2 Seite 46

Hackhörnchen auf mexikanische Art	6 15
Knoblauchchampignons in Sherrysoße	3 42
Knuspriger Fischburger mit Dillcreme	1 26
Kraftbrot mit Ei und Salat	2 49
Nüsschen, Tandoori-Knabber-	12 36
Ofenknoblauch	8 50
Orangencarpaccio mit Ziegenkäse-Bruschetta	1 22
Pfannmüsli, knuspriges	5 38
Pilzbrot	10 53
Pumpnickelstreifen	2 46
Räucherforellencreme, feine	12 9
Rote-Bete-Türmchen mit Räucherforelle	2 24
Schinkenbrot, geröstetes, mit Käse-Ei	1 50
Schinkenstulle „Barbecue“	2 48
Spieße, Schinken-Blätterteig-Steaksandwich	12 9
Terrine vom Wilstermarschkäse	3 11
Ziegenkäse, warmer, mit Honig und Ratatouille	4 50
Zupfbrot, gefülltes	6 49

HAUPTGERICHTE

Fleisch	
Auflauf, orientalischer, mit Süßkartoffeln	6 11
Baconfilet mit Pesto zu Spargelragout	5 24
Blechkartoffeln mit Steakstreifen	8 17
Blitz-Bœuf-Stroganoff auf Spinatreis	8 11
Bratwürstchen zu Salat-Kartoffelpüree	1 17
Bolognese, Gnocchi mit Texmex-Bulette, Kartoffel-, „Alter Fritz“	10 26
Calzonetti „Prosciutto“	10 13
Cheddar-Metttopf „Novemberglück“	2 42
Cheeseburger-Frikadellen auf BBQ-Nudelsalat	11 9
	6 13

	Heft / Seite
Chiliwaffeln, feurige	2 42
Cotechino, Linsen mit, und Kartoffelfocaccia	1 53
Croque Madame, klassischer	10 27
Currywurst, Tornadokartoffeln auf	6 39
Filetpfanne, Pilzrahm-, zu Blumenkohlreis	11 46
Filetsteak mit Nuss-Lebkuchen-Crumble	12 13
Filetstreifen, Spaghetti in Gorgonzola-Spinat-Soße mit	5 11
Fleischpflanzerln, bayerische	10 18
Frikadellen, gefüllte, mit Ziegenkäse	3 11
Frikadellen, geschmorte mediterrane	8 19
Frikadellen zu Steckrübenmus	1 15
Gans, Festtags-, mit Brezelfüllung	12 7
Geschnetzeltes, BBQ-, mit Avocadopüree	2 17
Gnocchi-Hack-Pfanne	3 24
Grünkohlplatte, norddeutsche	1 40
Gulasch, Rotwein-, mit Möhren	12 30
Gulasch Waidmannsart, Walnuss-Serviettenknödel mit	2 12
Hackbällchen, Kichererbsenpasta „provençal“ mit	5 49
Hackbällchen „Marrakesch“	3 14
Hackbällchen, orientalische, mit Couscous	2 18
Hackrolle nach Wellington-Art	6 12
Hotdogs, zweierlei	7 53
Jägersteaks zu ungarischen Kartoffeln	3 42
Kalbsbraten, in Milch geschmorter, mit Semmelkloß-Tortilla	4 10
Kartoffel-Hack-Blech nach Landfrauenart	1 8
Kartoffel-Wurst-Eintopf mit scharfem Wasabi-Topping	11 10
Käse-Pilz-Steak, gefächertes, mit Brokkolisalat und Zitronenkartoffeln	7 22
Kasseler, Croque Monsieur mit	3 25
Kasseler nach Landfrauenart im Blätterteigmantel	11 24
Kasseler, überbackenes, in Spinat-Gorgonzola-Sahne	4 28
Kasselerbauch, glasierter, auf scharfem Ananaskraut	3 9
Kasselerkoteletts, geschmorte	10 16
Kasseler schnitzel mit Nusswirsing und Winzerkartoffeln	2 24



Ossobuco alla milanese
Heft 10 Seite 8

	Heft / Seite
Kasselertopf, Szegediner	1 14
Kebab-Braten, gefäucherter, mit Rosmarinkartoffeln	8 24
Knoblauch-Kräuter-Tomaten zu Huftsteak	8 8
Kohlrouladen, klassische	11 18
Königsberger Klopse nach Großmutter's Art	5 19
Kotelett, Béchamelkartoffeln zu überbackenem	3 17
Koteletts, Bunte-Bete-Päckchen zu	10 41
Koteletts, Cidre-, provenzalische	11 34
Kräuterfilet, Florentiner	8 43
Kräuterschnitzelchen, Honig-Senf-Gemüse zu	4 49
Kräutersteaks zu Asia-Coleslaw	5 17
Lagerfeuerkessel	11 9
Lammkarree in Pistazienkruste mit Parmesan-Kartoffelnocken	4 24
Laubfrösche in Tomatensoße	7 12
Minischnitzel à la Saltimbocca	6 17
Minischnitzel in Pilz-Weißweinsauce	5 27
Nackensteak, Western-, mit gerösteten Kartoffeln und Sour Cream	10 9
Nackensteaks, gratinierte, in Bergkäsesoße	3 13
Nudelbowl, asiatische, mit Spiegelei	3 16
Ochsenbäckchen, geschmorte, auf Sellerie-Kartoffel-Püree	10 7
One-Pot-Bolognesebraten	6 11
Ossobuco alla milanese	10 8
Partyschnitzel, überbackene	2 7
Petersilien-Saltimbocca auf Gemüserais	8 27
Pfeffersteaks mit Meerrettich-Coleslaw	6 25
Porchetta – italienischer Schweinerollbraten	4 6
Prasselfleisch aus der Pfanne	6 26
Pusztaschnitzel und Bratkartoffeln	10 17
Rahmbolognese mit Kartoffelpüree	4 26
Reisfleisch, kroatisches, mit Joghurt und Knoblauchöl	1 9
Ribeyesteak mit Pfifferlingen	8 41
Rindergulasch mit gemischten Waldpilzen	10 51
Rindergulasch mit Kräuterschupfnudeln	5 45
Rodiziospieß, brasilianischer	4 6
Rostbratenzipfel mit Basilikumspätzle	7 11
Rotkrautgröstl, gratiniertes, mit Miniknödeln	1 26
Rübchenpfanne mit Bratbällchen und Kräuterciabatta	5 13
Saftgulasch, spanisches	3 7
Salbeifilet mit Kartoffeln vom Blech	7 17
Salsicce mit Fenchelsamen	2 55
Saltimbocca auf Spargelrisotto	5 9
Sauerbraten, pulled, von der Semmerolle	10 10
Sauerkraut-Kasseler-Pfanne mit Schupfnudeln	11 27
Schinkenschnitzelchen auf Gemüserais	2 27
Schlemmerkasseler aus dem Ofen	5 16
Schnitzel, gefülltes, mit Speckspätzle	1 17
Schnitzelpäckchen auf Sommergemüsesalat	8 16
Schnitzelröllchen im Nussmantel	3 17
Schweinefilet, Pestokartoffeln zu	4 27
Schweinekotelett, würzig gefülltes	4 18
Schweinekoteletts mit Pistazienkruste	5 19

	Heft / Seite
Schweinekrustenbraten „Asiastyle“	11 55
Schweinelendchen, überbackene, in Tomaten-Sahne-Soße	6 53
Schweinemedaillons mit Lauch und Walnuss-Ei-Häckerle	12 42
Schweinemedaillons mit Marillensoße	8 47
Schweinenackensteak mit Sellerie-Kartoffel-Stampf	12 49
Schweineschulter, Kasknodel zu knuspriger	2 12
Shepherd's Pie mit Püreekrönchen	2 7
Siedfleisch mit Speckbohnen	3 52
Spinatwraps mit Gyros und Bauernsalat	7 44
Steakröllchen auf Gemüserais	6 16
Steakspieße mit Mojo verde auf Gemüsepaeella	6 8
Tagliatelle in Zitronensoße	8 18
Thaicurry, rotes	6 43
Tomatenspaghetti mit Pizzabällchen	7 25
Tortilla-Hacktorte mit Käsekruste	4 18
Wraps, scharfe Mexiko-Würstchen, Nürnberger, mit Apfelsauerkraut	11 27
Würstchenpfanne, rustikale, mit Rotweinschalotten	12 31
Zwiebelrostbraten, Kartoffelklöße zu	2 11
Geflügel & Wild	
Asiawok mit Pute und buntem Gemüse	7 26
Brathähnchen mit Pommes und Kopfsalat	6 15
Butterhähnchen mit würzigem Bratreis	3 22
Caesar Salad, herzhafter	12 43
Chickenwings auf Asiagemüse	7 16
Dicke Bohnen in Gorgonzolarahm zu Hähnchenfilet	8 19
Ente, süße Chili-, aus dem Wok	11 13
Entenbrust mit Blitzgratin und gebratenem Rosenkohl	1 22
Entenbrust, rosa, mit Röstkartoffeln	11 14
Entenrillette, französische	11 14
Gemüsepfanne, grüne, mit Kräuterhähnchen	7 43
Gnocchi in Tomaten-Mascarpone-Soße	8 9
Hähnchen alla cacciatore	5 9
Hähnchen auf Rucola und Gemüse	3 45
Hähnchen, BBQ-, auf Salat	10 27
Hähnchen, gebackenes, mit Quitten	11 49
Hähnchen, glasiertes Ofen-, mit Kürbisspalten und Granatapfelsoße	10 24
Hähnchen, indisches	1 15
Hähnchen, Kräuter-, mit Schmorkartoffeln	10 19
Hähnchen, Pestonudeln mit	6 24
Hähnchen, Zitronen-, auf grünem Risotto	10 17
Hähnchen-Cordon-bleu mit Salat und Pommes	4 19
Hähnchenfilet, Asia-Nudelsalat mit mariniertem	6 43
Hähnchenfilet mit Mohnbutter	7 50
Hähnchengyros-Burger, saftige	6 16
Hähnchenkeulen auf Béchamelgemüse	5 18
Hähnchenkeulen, geschmorte, in Tomatensugo	7 14

	Heft / Seite
Hähnchenkeulen, mexikanische	1 7
Hähnchen-Lasagne mit Bärlauchbéchamel	4 16
Hähnchenschnitzelchen in Mandelkruste	1 24
Hähnchenspieße mit fruchtigem Chutney	8 44
Huhn, plattes, mit Süßkartoffelpommes	8 17
Knusperhähnchen mit Frischkäse	5 42
Knusperkeulen auf mediterranem Schmorkohl	11 13
Kräuterhähnchen, gebackenes	6 7



*Knusperkeulen auf mediterranem Schmorkohl
Heft 11 Seite 13*

Orangenhähnchen mit Oliven-Kartoffelpüree	2 19
Pestoschnitzel, gefüllte, auf Kartoffel-Erbsen-Püree	11 28
Putenbägel mit Tomaten und Erbsensprossen	8 26
Putenfächerbraten mit Kartoffelgratin	4 7
Putengulasch „Inkagold“	10 13
Putenoberkeule, gezapfte	3 7
Putenrahmpfopf unter einer Filohaube	6 22
Putenschnitzel in Mandelkruste	3 26
Putenschnitzel „Jamaika“	2 17
Putenschnitzel mit feiner Orangenkruste	10 28
Rosenkohl auf asiatische Art	1 44
Schnitzel, Mini-, mit Currymöhren	11 19
Sesamhähnchen auf Salat mit leichtem Currydressing	8 28
Spaghetti mit Hähnchen und Knusperbröseln	4 28
Spargelpäckchen zu glasierten Filets und Schinkenschmarrn	5 15
Fisch & Meeresfrüchte	
Bratfisch mit Schmelztomaten	7 16
Fischfilet in Senfhülle	12 32
Fischfilet in Senf-Spinat-Rahm	2 18
Fischfilet, Kartoffel-Gemüse-Gratin zu	5 50
Fischstäbchen, hausgemachte, mit Kartoffelpüree	1 16

	Heft / Seite	
„Fiskibollur“ – Fischfrikadellen mit Kopfsalat	2	52
Forelle, gebratene, auf Zuckerschoten-Bohnen-Salat	4	18
G arnelen, gebackener Spargel mit Garnelen, Spaghetti in Gin-Tomatensoße mit	6	17
Gnocchi, Rahmspinat „Fischerart“ zu	11	37
Graved-Lachs-Tatar mit Süßkartoffelrösti	10	18
	4	14



*Schwedische Lachsnudeln mit Frischkäsesoße
Heft 7 Seite 8*

H onig-Balsamico-Lachs im Salatbett	8	14
K nusperfish auf Asiagemüse Kopfsalat, gefüllter, mit Erbsen-Dill-Reis	3	46
Kräuterfish mit Paprikaragout	7	45
	7	17
L achs mit Meerrettichkruste	11	20
Lachs und Garnelen, Makkaroni mit	3	17
Lachsfilet im Kartoffelmantel	12	10
Lachskoteletts mit Pankokruste	4	15
Lachsmaultaschen, gebackene, auf Kräutersalat	7	11
Lachsnudeln, schwedische, mit Frischkäsesoße	7	8
Lachstranchen de luxe mit Brokkolirisotto	4	13
Lengfish auf Gemüsejulienne	8	45
M atjes Hausfrauenart, gefächerte Blechkartoffeln zu Miesmuscheln in Weißbiersud	6	41
	10	19
P estolachs auf süß-pikantem Salat	2	19
Pfifferlingsrisotto mit Lachsfilet	8	40
S chmorgurken-Fisch-Pfanne	8	19
Schollenfilets mit gebratenen Radieschen	5	18
Seelachs, Gemüsepaella mit	5	19
Seelachsfilet nach Hausfrauenart	3	16
Sesamlachs auf Wintersalat	11	45
Spitzkohltopf mit warmen Forellenfilets	8	18
Sushi-Bowl	6	44
T hunfish, gebratener Reis mit	6	27
Z anderfilet, gebratenes, auf Spitzkohl	6	16

	Heft / Seite	
Zanderfilet mit Fenchelratatouille und Tapenade	10	43
G emüse		
B lumenkohlcurry, cremiges	3	26
Bohnen, Florentiner, mit Polentaplätzchen	3	8
C hicolorée mit Hack-Bulgur-Füllung	1	43
Cotechino, Linsen mit, und Kartoffelfocaccia	1	53
D icke Bohnen in Gorgonzolarahm zu Hähnchenfilet	8	19
E ndivien-Kartoffelstampf	1	42
F enchelratatouille, Zanderfilet mit, und Tapenade	10	45
G emüsecurry in Kokossoße	4	44
Gemüsepfanne, grüne, mit Kräuterhähnchen	7	43
Gemüseplatte, bunte, mit Maronen und Rosmarin	12	15
Gemüsetortilla mit Kräuterquark	3	16
Grünkohlplatte, norddeutsche	1	40
K artoffel-Blumenkohl-Curry	2	28
Kohlrabischnitzel mit		
Avocado-Tomatensalat	4	17
Kräuterbearnaise zu mariniertem Spargel	6	7
Kürbis-Carbonara zu Tagliatelle	2	27
M öhrenbällchen mit Kräuterjoghurt	7	15
Möhrennudeln mit Räuchertofu	4	46
Moussaka mit zweierlei Käse	11	45
O fen Süßkartoffeln mit Hummus	4	45
P fifferlingsragout zu Basilikumspätzle	8	41
Pfifferlingstorte mit Schinken	8	39
Pilzrahm-Filetpfanne zu Blumenkohlreis	11	46
R ibeyesteak mit Pfifferlingen	8	41
Rosenkohl auf asiatische Art	1	44
Rosenkohl in Gorgonzolasoße, Nudeln mit	1	16
Röstgemüse mit cremigem Fetadip	1	7
Rösti-Quiche mit Frühlingsgemüse und Schinken	5	13
Rote-Bete-Päckchen mit Schafskäse und Knoblauchbutter	12	47
Rotkohl, Glühwein-Birnen-	12	7
Rübchenpfanne mit Bratbällchen und Kräuterciabatta	5	13
S chmandknödel mit Pfifferlingsrahm	7	17
Schmorgurken-Caponata mit gebratenem Käse	7	24
Schmorgurken-Fisch-Pfanne	8	19
Spargel, gebackener, mit Garnelen	6	17
Spargelpäckchen zu glasierten Filets und Schinkenschmarrn	5	15
Spargelragout, Baconfilet mit Pesto zu	5	24
Spitzkohl, gebratenes Zanderfilet auf	6	16
Spitzkohl in Pilzrahm	6	25
Spitzkohl-Kartoffel-Bratlinge	2	18
Spitzkohllasagne mit grünem Spargel	6	14
Steckrüben-Linsen-Curry, gekräutertes, vom Blech	12	31
Steckrübenmus, Frikadellen zu	1	15
V eggie-Schnitzel mit Chilipanade	3	15

	Heft / Seite	
W interrisotto, herzhafter	1	39
Wirsing-Kartoffel-Auflauf	2	9
Wokpfanne mit Gemüse und Mango	6	45

Eierspeisen

E i, pochiertem, Reis-Gemüse-Pfanne mit	4	19
E ier, gebackene, im Paprika-Tomaten-Bett	4	27
Eier in Tomatensoße	6	26
Eier mit Meerrettich-Gemüseragout	1	25
Eiern, Kräuterkartoffeln mit Brokkoli und	6	17
F rittata, Ofen-, mit Spinat und Ricotta	10	17
O melett, Käse-Schinken-	11	28
R ührei, Asiaspaghetti mit	10	18
S piegeleier, scharfe Texmex-	2	26

DESSERTS & SÜSSPEISEN

A bsacker, süße, mit Mascarpone-Sahne-Schaum	10	39
Aprikosenaufwurf, luftig gebackener	8	17
B ananeneis „Nicecream“	7	39
Bananen-Krokant-Traum, geschichteter	12	33
Banoffee-Dessert „Banane trifft Toffee“	10	25
Birnen, Rotwein-, pochierte	12	33
Birnschmarren	3	53
Bischofsmützen	12	63
Blaubeer-Schichtbecher mit Lemoncurd	8	25
Blaubeerterrine, cremige	5	41
Bratäpfel mit Nougatfüllung	11	21
C oupe Caramel mit geflämmtten Baisertuffs	11	37
Crème brûlée mit Kirschkompott	10	20
Crêpe à la Suzette mit Walnusseis	3	23
Crumble, knuspriger, mit Äpfeln und Zwetschen	10	55
E issandwich in der Herzwaffel	6	23
Energiebällchen, schnelle	4	50



*Coupe Caramel mit geflämmtten Baisertuffs
Heft 11 Seite 37*

	Heft / Seite		Heft / Seite
Erdbeermilchreis mit weißer Schokolade	7	23	
Erdnuss-Karamell-Eis	3	18	
Erdnuss-Schokoküsschen	12	63	
F rozen Holunder-Yoghurt mit gezuckerten Erdbeeren	6	55	
G ermknödel mit Mohnbutter	2	14	
Glühweinsorbet	1	18	
Grießflammeri, gebrannter, mit Beeren	7	19	
H eidelbeer-Marzipan-Traum	8	20	
Himbeer-Joghurt-Eis am Stiel	7	40	
Honig-Brombeer-Parfait	7	39	
Honig-Ingwer-Aprikosen, gebackene	7	18	
J oghurt-Himbeersedert	4	20	
Joghurtmousse mit Beeren	5	47	
Joghurt-Pannacotta	1	18	
Joghurt-Pflaumen-Trifle	2	20	
K irsch-Kokos-Würfel auf Vanillesoße	1	23	
Klüternsuppe, Müritzer	7	18	
Kokosmilchreis mit gelber Grütze	6	15	
L ebkuchenkartoffeln	12	62	
M andel-Porridge	1	46	
Mango-Orangen-Trifle	11	21	
Marillknödel mit Walnusskern	8	48	
Maronen-Cassis-Creme	12	18	
Marzipan, Grundrezept	12	61	
Milchmädchen-Becher mit Knusper topping	7	40	
Mohn-Marzipan-Parfait auf Rumpflaumen	11	25	
Mousse au Chocolat, dunkle	10	55	
N ugatmousse mit Schokomandarinen	2	25	
O fenschlupfer mit beschwipstem Waldbeerenragout	6	51	
Orangenpudding aus dem Ofen	2	20	
P annacotta, Joghurt-, mit roter Grütze	10	56	
Pfannkuchen, Apfel-, mit Rumrosinen	10	19	
Pfirsich-Dickmilch-Schichtspeise	8	20	
Q uark-Grieß-Auflauf mit Aprikosen	6	18	
Quark-Grieß-Auflauf mit Erdbeeren	5	20	
Quittenkonfekt, feines	11	51	
R habarber-Holunder-Grütze	4	42	
Rhabarbertraum, geschichteter	3	18	
Schneebällchen	12	63	
Schnee-eier auf Eiertkör-Vanillesoße	4	25	
Schokopudding, weißer	10	20	
Sorbet, Passionsfrucht-, mit geflammter Baiserkruste	12	16	
T iramisu in der Schlankversion	10	57	
Tiramisu mit Aprikosenkompott	4	20	
Trollcreme, fruchtige	12	57	
V anillecreme à la Spaghetti-Eis	5	24	
Vanilleeis-Gugelhupf mit Früchten	6	18	
W eihnachtskugeln, rot-weiße	12	62	
Z itronencreme mit Baiserhaube	5	20	

SUPPEN & EINTÖPFE

B aked-Beans-Eintopf	8	12
C hampignoncremesuppe mit Croûtons	3	41
Cheddar-Metttopf „Novemberglück“	11	9
Cremsüppchen, Sellerie-, mit Mett und Knusperkartoffeln	12	9
E rbsensuppe mit Wiener Würstchen	2	16
G azpacho mit Herzcroûtons	7	22
Gemüse-Gazpacho, heiße	3	22
Graupensuppe	1	49
H ühner-Nudelsuppe „Pho ga“	5	53



*Sommereintopf mit Kasseler
Heft 7 Seite 15*

K artoffel-Cremesuppe mit Lachsnocken	4	13
Kartoffelsuppe, spanische, nach Art der Entdecker	10	14
Kartoffel-Wurst-Eintopf mit scharfem Wasabi-Topping	11	10
Käseknödelsuppe	3	51
Kasselertopf, Szegediner	1	14
Kohl-Kartoffel-Eintopf mit Chorizo	1	40
Kohlrabicremesuppe mit Ziegenkäse-Crostini	5	17
L agerfeuerkessel	11	9
Lammeintopf, isländischer	2	51
Lasagnefleckerl mit Kabanossi	1	11
Linsen-Möhren-Suppe mit gerösteter Quinoa	3	47
M aronencremesuppe mit Speckpflaumen	10	52
Maronensuppe mit Majoranrunch	11	24
Minestrone, Ofen-, mit Parmesankrustis	11	10
N udel-Gemüse-Eintopf, deftiger	4	17
P aprika-Filettopf mit Pfirsichen	3	15
Paprikasuppe mit Mett und Pesto	8	27
Paprika-Wurstgulasch	1	16
R östtomatensuppe mit Knoblauch-Pizzaknoten	5	10

	Heft / Seite		Heft / Seite
Rote-Bete-Suppe mit Nussstreuseln	10	42	
S ommereintopf mit Kasseler	7	15	
Spargelcremesuppe mit Kerbelöl	5	24	
Spinat-Nudelsüppchen	5	28	
T haicurry, rotes	6	43	
Tortellini-Gulasch-Topf	1	11	
Tortellini-Hack-Eintopf	7	16	
W urzelgemüse-Linsen-Topf	2	17	
Z wiebelsuppe, Blitz-, mit Käsecroûtons	12	44	
Zwiebelsuppe, Harzer	3	12	

AUFLÄUFE & GRATINS

A uflauf, orientalischer, mit Süßkartoffeln	6	11
C annelloni, Stehauf-, mit Parmesanhaube	3	55
M akkaroni-Auflauf à la Stroganoff	1	12
Maultaschengratin mit Spinat	5	17
Moussaka mit zweierlei Käse	11	45
N udelauf mit Schinken	4	19
P artyschnitzel, überbackene	2	7
S hepherd's Pie mit Püreekrönchen	2	7
Spaghetti-Auflauf	2	8
Spargel, gebackener, mit Garnelen	6	17
Spitzkohllasagne mit grünem Spargel	6	14
T ortelloni-Auflauf mit Kabanossi	5	27
W irsing-Kartoffel-Auflauf	2	9

OFENGERICHTE

A prikosenauflauf, luftig gebackener	8	17
B lechkartoffeln mit Steakstreifen	8	17



*Tortelloni-Auflauf mit Kabanossi
Heft 5 Seite 27*

	Heft / Seite
Bohnen, Florentiner, mit Polentaplätzchen	3 8
Bratkartoffelkuchen, Holsteiner	1 50
Chickenwings auf Asiagemüse	7 16
Frittata , Ofen-, mit Spinat und Ricotta	10 17
Gans , Festtags-, mit Brezelfüllung	12 7
Hähnchen alla cacciatore	5 9
Hähnchen, gebackenes, mit Quitten	11 49
Hähnchen, glasiertes Ofen-, mit Kürbisspalten und Granatapfelsoße	10 24
Hähnchenkeulen, geschmorte, in Tomatensugo	7 14
Hähnchenkeulen, mexikanische	1 7
Hähnchen-Lasagne mit Bärlauchbéchamel	4 16
Honig-Senf-Gemüse zu Kräuterschnitzelchen	4 49
Huhn, plattes, mit Süßkartoffelpommes	8 17
Kalbsbraten , in Milch geschmorte, mit Semmelkloß-Tortilla	4 10
Kartoffel-Hack-Blech nach Landfrauenart	1 8
Kasseler nach Landfrauenart im Blätterteigmantel	11 24
Kasseler, überbackenes, in Spinat-Gorgonzola-Sahne	4 28
Kasselerbauch, glasierter, auf scharfem Ananaskraut	3 9
Kasselerkoteletts, geschmorte	10 16
Knoblauch-Kräuter-Tomaten zu Huftsteak	8 8
Knusperkeulen auf mediterranem Schmorkohl	11 13
Kohlrouladen, klassische	11 18
Koteletts, Bunte-Bete-Päckchen zu Kräuterhähnchen, gebackenes	10 41
	6 7
Lachsfilet im Kartoffelmantel	12 10
Lammkarree in Pistazienkruste mit Parmesan-Kartoffelnocken	4 24
Laubfrösche in Tomatensoße	7 12
Ofenfrittata mit Spinat und Ricotta	3 45
One-Pot-Bolognesebraten	6 11
Porchetta – italienischer Schweinerollbraten	4 6
Putenfächerbraten mit Kartoffelgratin	4 7
Putengulasch „Inkgold“	10 13
Putenoberkeule, gezapfte	3 7
Putenrahmtopf unter einer Filohaube	6 22
Ravioli vom Blech	11 19
Reisfleisch, kroatisches, mit Joghurt und Knoblauchöl	1 9
Rodiziospieß, brasilianischer	4 6
Röstgemüse mit cremigem Fetadip	1 7
Rote-Bete-Päckchen mit Schafskäse und Knoblauchbutter	12 47
Saftgulasch , spanisches	3 7
Salbeifilet mit Kartoffeln vom Blech	7 17
Schlemmerkasseler aus dem Ofen	5 16
Schweinelendchen, überbackenes, in Tomaten-Sahne-Soße	6 53
Spitzkohl in Pilzrahm	6 25
Steckrüben-Linsen-Curry, gekräutertes, vom Blech	12 31
Tortilla-Hacktorte mit Käsekruste	4 18

KARTOFFELGERICHTE

	Heft / Seite
Blechkartoffeln , gefäicherte, zu Matjes Hausfrauenart	6 41
Blechkartoffeln mit Steakstreifen	8 17
Bratkartoffelkuchen, Holsteiner	1 50



*Kartoffelklöße zu Zwiebelrostbraten
Heft 2 Seite 11*

Bratkartoffeln, Pusztaschnitzel und	10 17
Bulette, Kartoffel-, „Alter Fritz“	10 13
Gnocchi in Tomaten-Mascarpone-Soße	8 9
Gnocchi mit Texmex-Bolognese	10 26
Gnocchi, Rahmspinat „Fischerart“ zu	10 18
Kartoffel-Blumenkohl-Curry	2 28
Kartoffel-Gemüse-Gratin zu Fischfilet	5 50
Kartoffel-Hack-Blech nach Landfrauenart	1 8
Kartoffel-Käse-Kuchen mit frischem Blattsalat	6 40
Kartoffelklöße zu Zwiebelrostbraten	2 11
Kartoffelkrüstchen, gebratene	12 15
Kartoffelmantel, Lachsfilet im	12 10
Kartoffelsalat, französischer	10 15
Kartoffelsuppe, spanische, nach Art der Entdecker	10 14
Kräuterkartoffeln mit Brokkoli und Eiern	6 17
Ofenfrittata mit Spinat und Ricotta	3 45
Ofensüßkartoffeln mit Hummus	4 45
Oliven-Kartoffelpüree, Orangenhähnchen mit	2 19
Pestokartoffeln zu Schweinefilet	4 27
Röstifleckerl , eidgenössische	10 15
Rösti-Quiche mit Frühlingsgemüse und Schinken	5 13
Röstkartoffeln, rosa Entenbrust mit	11 14
Salbeifilet mit Kartoffeln vom Blech	7 17
Süßkartoffeln, orientalischer Auflauf mit	6 11
Süßkartoffelrösti, Graved-Lachs-Tatar mit	4 14
Tornadokartoffeln auf Currywurst	6 39
Winkerkartoffeln , Kasseler schnitzel mit Nusswirsing und	2 24
Wirsing-Kartoffel-Auflauf	2 9

NUDEL-, REIS- & GETREIDGERICHTE

	Heft / Seite
BBQ-Nudelsalat , Cheeseburger-Frikadellen auf	6 13
Blitz-Bœuf-Stroganoff auf Spinatreis	8 11
Brokkolisrisotto, Lachstranchen de luxe mit	4 13
Cannelloni , Stehauf-, mit Parmesanhaube	3 55
Cappelletti mit geriebener Tomatensoße	7 9
Frühlingslinguine mit wachswweichem Ei	5 18
Gemüsecurry in Kokossoße	4 44
Gemüsepaella mit Seelachs	5 19
Gemüseris, Schinkenschnitzelchen auf	2 27
Gemüseris, Steakröllchen auf	6 16
Glasnudelsalat mit Mango und Räuchertofu	11 20
Kasknödel zu knuspriger Schweineschulter	2 12
Kichererbsenpasta „provençal“ mit Hackbällchen	5 49
Kopfsalat, gefüllt, mit Erbsen-Dill-Reis	7 45
Kräutercouscous mit grünem Spargel	5 26
Lachsmaultaschen , gebackene, auf Kräutersalat	7 11
Lachsnudeln, schwedische, mit Frischkäsesoße	7 8
Lasagne, Hähnchen-, mit Bärlauchbéchamel	4 16
Lasagnefleckerl mit Kabanossi	1 11
Makkaroni mit Lachs und Garnelen	3 17
Makkaroni-Auflauf à la Stroganoff	1 12
Maultaschengratin mit Spinat	5 17
Minischnitzel à la Saltimbocca	6 17
Nudelauf mit Schinken	4 19
Nudeln mit Rosenkohl in Gorgonzolasoße	1 16



*Zitronenhähnchen auf grünem Risotto
Heft 10 Seite 17*

Nudeln mit Salsiccia-Champignon-Soße	2 19
Nudeln mit Spinatsoße	10 28
One-Pot-Bolognesebraten	6 11
Pappardelle mit Spinat und Bratklößchen	1 25
Penne mit Pistazienpesto und Salami	7 7
Pestonudeln mit Hähnchen	6 24

	Heft / Seite		Heft / Seite
Petersilien-Saltimbocca auf Gemüsereis	8	27	
Pfannenlasagne mit dreierlei Käse und Zucchini	8	10	
Pfifferlingsragout zu Basilikumspätzle	8	41	
Pfifferlingsrisotto mit Lachsfilet	8	40	
Ravioli vom Blech	11	19	
Reis, gebratener, mit Thunfisch	6	27	
Reisfleisch, kroatisches, mit Joghurt und Knoblauchöl	1	9	
Reis-Gemüse-Pfanne mit pochiertem Ei	4	19	
Risotto, Zitronenhähnchen auf grünem Rostbratenzipfel mit Basilikumspätzle	10	17	
	7	11	
Schinkenfusilli mit Spinatsoße	8	28	
Serviettenknödel, Walnuss-, mit Gulasch Waidmannsart	2	12	
Spaghetti aglio e olio mit Steinpilzen	10	53	
Spaghetti alla mamma	12	32	
Spaghetti alla Toscana	3	25	
Spaghetti, Asia-, mit Rührei	10	18	
Spaghetti in Gin-Tomatensauce mit Garnelen	11	37	
Spaghetti in Gorgonzola-Spinat-Soße mit Filetstreifen	5	11	
Spaghetti mit Hähnchen und Knusperbröseln	4	28	
Spaghetti mit Paprika-Erdnuss-Soße	11	26	
Spaghetti verde mit Lachs und Gemüsechips	1	13	
Spaghetti-Auflauf	2	8	
Spargelrisotto, Saltimbocca auf Speckspätzle, gefülltes Schnitzel mit Spinat-Mandel-Braten mit Grüner Soße	1	17	
Spitzkohllasagne mit grünem Spargel	4	9	
Steakspieße mit Mojo verde auf Gemüsepaella	6	8	
Sushi-Bowl	6	44	
Tagliatelle in Zitronensauce	8	18	
Tagliatelle, Kürbis-Carbonara zu Tomatenspaghetti mit Pizzabällchen	2	27	
Tortellini-Gulasch-Topf	7	25	
Tortelloni-Auflauf mit Kabanossi	1	11	
	5	27	
Winterrisotto, herzhafter	1	39	
Zucchini spaghetti in Mandel-Paprika-Soße	7	7	

SALATE

Apfel-Kren-Salat	10	35	
Asia-Nudelsalat mit mariniertem Hähnchenfilet	6	43	
Blattsalaten, Bouquet von, mit Himbeervinaigrette	11	32	
Brotsalat „Panzanella“ mit gebratenen Rotbarbenfilets	6	50	
Caesar Salad, herzhafter	12	43	
Eiersalat, cremiger, im Hasenbrötchen	4	24	
Hähnchen, BBQ-, auf Salat	10	27	
Halloumi auf Pfirsichsalat	8	43	
Harzer-Radieschen-Salat	3	12	
Herbstsalat, bunter, mit Gorgonzola	10	24	
Honig-Balsamico-Lachs im Salatbett	8	14	



Herzhafter Caesar Salad
Heft 12 Seite 43

Kartoffelsalat alla primavera mit Steakstreifen	5	14	
Kartoffelsalat mit Mohndressing	7	49	
Kräutercouscous mit grünem Spargel	5	26	
Kräutersalat, schwedischer, mit geräucherter Forelle	6	9	
Linsensalat, Curryspießchen auf	3	15	
Palmkohlsalat, deftiger	12	48	
Radicchio-Nudelsalat mit Grapefruits	1	44	
Rindfleischsalat, würziger	5	53	
Röstkartoffelsalat, lauwarmer, mit Lachs und Linsen	6	39	
Rote-Bete-Couscous	10	43	
Saibling, gebeizter, auf Blattsalat mit Brotchips	5	46	
Salat mit Feta und karamellisiertem Rhabarber	4	41	
Schnitzelpäckchen auf Sommergemüsesalat	8	16	
Sesamhähnchen auf Salat mit leichtem Currydressing	8	28	
Spargel-Quinoa-Salat, warmer	7	46	
Weißwurstsalat mit Ringelbeten, süßer Senfvinaigrette und Laugenbrötchen	8	53	
Wintersalat, Sesamlachs auf	11	45	
Zucchini Salat, warmer, mit Hähnchenfilet	7	25	

SOSSEN, DIPS & AUFSTRICHE

Avoziki-Dip	7	28	
Balsamicocreme	6	22	
Chutney, Red-Nose-Cranberry-und-Pistazien-Schichtbutter	12	36	
	7	32	
Frischkäse Grundrezept	5	40	
Frischkäse mit Honig und Cranberries	5	40	
Frischkäse mit Kräutern	5	40	
Frischkäse mit Speck und Paprika	5	40	

Kichererbsen-Sesam-Dip, roter Kokossoße	1	35	
	3	48	
Maracujasenf	2	49	
Mett, vegetarisches	2	49	
Möhrenaufstrich	2	49	
Obatzda, cremiger	10	34	
Obatzda, cremiger, italienisch	10	34	
Obatzda, cremiger, mit Birne und Walnuss	10	34	
Pflaumendip, scharfer	1	35	
Quittengelee	11	51	
Quittenrelish mit Chili	11	51	
Radieschendip	5	35	
Räucherforellencreme, feine	12	9	
Salatcreme „Grüne Göttin“	5	14	
Schokosoße, schnelle	2	43	
Trüffelberwurst à la Perigord	11	36	
Wasabi-Guacamole	1	35	

SCHNELL & PFIFFIG

Asiawok mit Pute und buntem Gemüse	7	26	
Baked-Beans-Eintopf	8	12	
BBQ-Geschnetzeltes mit Avocadopüree	2	17	



Saftige Hähnchengyros-Burger
Heft 6 Seite 16

Blitz-Bœuf-Stroganoff auf Spinatreis	8	11	
Blumenkohlcurry, cremiges	3	26	
Blumenkohlschnitzel mit Süßkartoffelpüree	12	44	
Bratfisch mit Schmelztomaten	7	16	
Caesar Salad, herzhafter	12	43	
Calzonetti „Prosciutto“	2	42	
Cappelletti mit geriebener Tomatensoße	7	9	
Croque Monsieur mit Kasseler	3	25	
Eier, gebackene, im Paprika-Tomaten-Bett	4	27	
Eier in Tomatensoße	6	26	
Eier mit Meerrettich-Gemüseragout	1	25	

	Heft / Seite
F ilethappen, goldbraune, mit Paprikadip	7 26
Fischburger, knuspriger, mit Dillcreme	1 26
Fischfilet in Senfhülle	12 32
Flammkuchen, knuspriger	2 28
G emüsetortilla mit Kräuterquark	3 16
Gnocchi-Hack-Pfanne	3 24
H ähnchengyros-Burger, saftige	6 16
Hähnchenschnitzelchen in Mandelkruste	1 24
Honig-Balsamico-Lachs im Salatbett	8 14
K artoffel-Blumenkohl-Curry	2 28
Kasseler, überbackenes, in	
Spinat-Gorgonzola-Sahne	4 28
Kräutercouscous mit grünem Spargel	5 26
Kürbis-Carbonara zu Tagliatelle	2 27
L achsnudeln, schwedische, mit Frischkäsesoße	7 8
M aultaschengratin mit Spinat	5 17
Minischnitzel à la Saltimbocca	6 17
Minischnitzel in Pilz-Weißweinsauce	5 27
Möhrennudeln mit Räuchertofu	4 46
N udeln mit Salsiccia-Champignon-Soße	2 19
O melett, Käse-Schinken-	11 28
P appardelle mit Spinat und Bratklößchen	1 25
Paprikasuppe mit Mett und Pesto	8 27
Paprika-Wurstgulasch	1 16
Penne mit Pistazienpesto und Salami	7 7
Pestokartoffeln zu Schweinefilet	4 27
Pestonudeln mit Hähnchen	6 24
Pestoschnitzel, gefüllte, auf Kartoffel-Erbsen-Püree	11 28
Petersilien-Saltimbocca auf Gemüsereis	8 27
Pfannenlasagne mit dreierlei Käse und Zucchini	8 10
Pfeffersteaks mit Meerrettich-Coleslaw	6 25
Pizza, amerikanische Pfannen-Prasselfleisch aus der Pfanne	12 43
Putenbagel mit Tomaten und Erbsensprossen	8 26
Putenschnitzel in Mandelkruste	3 26
R ahmbolognese mit Kartoffelpüree	4 26
Reis, gebratener, mit Thunfisch	6 27
Reis-Gemüse-Pfanne mit pochierem Ei	4 19
Rotkrautgröstl, gratiniertes, mit Miniknödeln	1 26
S auerkraut-Kasseler-Pfanne mit Schupfnudeln	11 27
Schinkenfusilli mit Spinatsoße	8 28
Schinkenschnitzelchen auf Gemüsereis	2 27
Schmorgurken-Caponata mit gebratenem Käse	7 24
Schweinemedallions mit Lauch und Walnuss-Ei-Häckerle	12 42
Sesamhähnchen auf Salat mit leichtem Currydressing	8 28
Spaghetti alla Toscana	3 25
Spaghetti mit Hähnchen und Knusperbröseln	4 28
Spaghetti mit Paprika-Erdnuss-Soße	11 26
Spaghetti verde mit Lachs und Gemüsechips	1 13
Spinat-Nudelsüppchen	5 28
Spitzkohl in Pilzrahm	6 25
Spitzkohltopf mit warmen Forellenfilets	8 18

	Heft / Seite
Steakröllchen auf Gemüsereis	6 16
Steaksandwich	5 28
T agliatelle in Zitronensoße	8 18
Texmex-Spiegeleier, scharfe	2 26
Tomatenspaghetti mit Pizzabällchen	7 25
Tortelloni-Auflauf mit Kabanossi	5 27
W raps, scharfe Mexiko-	11 27
Z ucchini-salat, warmer, mit Hähnchenfilet	7 25
Zucchini-spaghetti in Mandel-Paprika-Soße	7 7
Zwiebelsuppe, Blitz-, mit Käsecroutons	12 44

INTERNATIONALE SPEZIALITÄTEN

B irnenschmarren	3 53
F iskibollur“ – Fischrikadellen mit Kopfsalat	2 52
K äseknödelsuppe	3 51
L ammeintopf, isländischer	2 51
S iedfleisch mit Speckbohnen „Skyrkaka“ – isländischer Skyrkuchen	3 52
	2 53

EINMACHEN & EINLEGEN

A ntipasti-Tomaten	8 9
B aconsalz – selbst gemacht	6 46
G eflügelvergolder, aromatischer	12 36



Indischer Sonnengruß
Heft 12 Seite 36

H ustensirup, hausgemachter	2 30
I ndischer Sonnengruß	12 36
M arillenkönfitüre mit Graumohn	8 49
P esto, rotes	8 9

	Heft / Seite
S ofttomaten, getrocknete	8 9
W alnüsse, schwarze	7 28
Z ucchini-Relish, süßsaures	8 15

GESUNDE KÜCHE

Vollwertgerichte & Ohne Fleisch

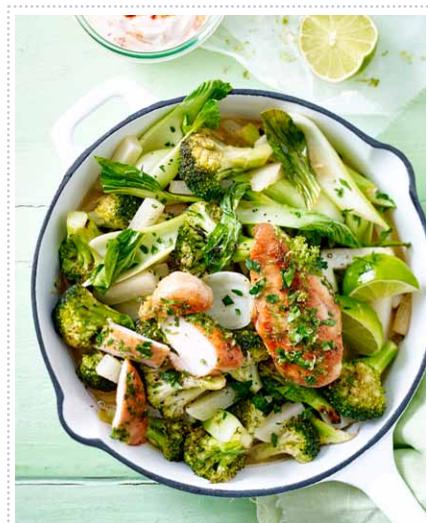
B lumenkohlcurry, cremiges	2 26
Blumenkohlschnitzel mit Süßkartoffelpüree	12 44
Bohnen, Florentiner, mit Polentaplätzchen	3 8



Rote-Bete-Suppe mit Nussstreuseln
Heft 10 Seite 42

C appelletti mit geriebener Tomatensoße	7 9
Champignoncremesuppe mit Croûtons	3 41
E ier, gebackene, im Paprika-Tomaten-Bett	4 27
Eier in Tomatensoße	6 26
Eier mit Meerrettich-Gemüseragout	1 25
F rittata, Ofen-, mit Spinat und Ricotta	10 17
Frühlingslinguine mit wachswweichem Ei	5 18
G emüsetortilla mit Kräuterquark	3 16
Glasnudelsalat mit Mango und Räuchertofu	11 20
H alloumi auf Pfirsichsalat	8 43
K artoffel-Käse-Kuchen mit frischem Blattsalat	6 40
Kirschtomatentarte, knusprige	8 7
Kohlrabicremesuppe mit Ziegenkäse-Crostini	5 17
Kohlrabischnitzel mit Avocado-Tomatensalat	4 17
Kräuterbärrnaise zu mariniertem Spargel	6 7
Kräuterkartoffeln mit Brokkoli und Eiern	6 17
L insen-Möhren-Suppe mit gerösteter Quinoa	3 47
M inestrone, Ofen-, mit Parmesankrustis	11 10

	Heft / Seite
Möhrenbällchen mit Kräuterjoghurt	7 15
Nudeln mit Rosenkohl in Gorgonzolasoße	1 16
Nudeln mit Spinatsoße	10 28
Ofenfrittata mit Spinat und Ricotta	3 45
Pfifferlingsragout zu Basilikumspätzle	8 41
Pizza Ratatouille	8 18
Radieschenpuffer mit Joghurtdip	5 49
Ravioli vom Blech	11 19
Reis-Gemüse-Pfanne mit pochiertem Ei	4 19
Röstgemüse mit cremigem Fetadip	1 7
Rösttomatensuppe mit Knoblauch-Pizzaknoten	5 10
Rote-Bete-Couscous	10 43
Rote-Bete-Suppe mit Nussstreuseln	10 42
Schmandknödel mit Pfifferlingsrahm	7 17
Spaghetti alla Toscana	3 25
Spaghetti-Auflauf	2 8
Spargelcremesuppe mit Kerbelöl	5 24
Spargel-Quinoa-Salat, warmer	7 46
Spiegelei-Ziegenkäsepizza	1 15
Spinat-Mandel-Braten mit Grüner Soße	4 9
Spitzkohl-Kartoffel-Bratlinge	2 18
Texmex-Spiegeleier, scharfe	2 26
Veggie-Schnitzel mit Chilipanade	3 15
Winterrisotto, herzhafter	1 39
Wokpfanne mit Gemüse und Mango	6 45
Wurzelgemüse-Linsen-Topf	2 17
Kalorienarm	
Asia-Nudelsalat mit mariniertem Hähnchenfilet	6 43
Asiawok mit Pute und buntem Gemüse	7 26
Chicorée mit Hack-Bulgur-Füllung	1 43
Eier, gebackene, im Paprika-Tomaten-Bett	4 27
Endivien-Kartoffelstampf	1 42
Gemüsecurry in Kokossoße	4 44



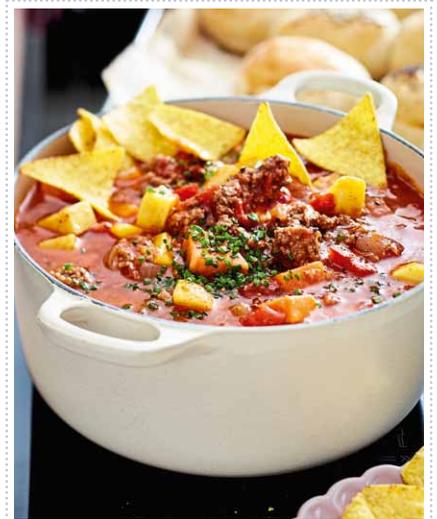
Grüne Gemüsepfanne mit Kräuterhähnchen
Heft 7 Seite 43

	Heft / Seite
Gemüsepfanne, grüne, mit Kräuterhähnchen	7 43
Gemüsetortilla mit Kräuterquark	3 16
Hähnchen auf Rucola und Gemüse	3 45
Hähnchengyros-Burger, saftige	6 16
Hähnchenspieße mit fruchtigem Chutney	8 44
Kartoffel-Gemüse-Gratin zu Fischfilet	5 50
Kichererbsenpasta „provençal“ mit Hackbällchen	5 49
Kohl-Kartoffel-Eintopf mit Chorizo	1 40
Kohlrabiremesuppe mit Ziegenkäse-Crostini	5 17
Kräuterfilet, Florentiner	8 43
Kräutersteaks zu Asia-Coleslaw	5 17
Lammeintopf, isländischer	2 51
Lengfisch auf Gemüsejulienne	8 45
Miesmuscheln in Weißbiersud	10 19
Möhrennudeln mit Räuchertofu	4 46
Ofensüßkartoffeln mit Hummus	4 45
Radicchio-Nudelsalat mit Grapefruits	1 44
Radieschenpuffer mit Joghurtdip	5 49
Reis, gebratener, mit Thunfisch	6 27
Rosenkohl auf asiatische Art	1 44
Sesamhähnchen auf Salat mit leichtem Currydressing	8 28
Spargel, gebackener, mit Garnelen	6 17
Spargel-Quinoa-Salat, warmer	7 46
Spinatwraps mit Gyros und Bauernsalat	7 44
Spitzkohl in Pilzrahm	6 25
Spitzkohltopf mit warmen Forellenfilets	8 18
Sushi-Bowl	6 44
Texmex-Spiegeleier, scharfe	2 26
Thaicurry, rotes	6 43
Wokpfanne mit Gemüse und Mango	6 45

FÜR GÄSTE & FESTE

Absacker, süße, mit Mascarpone-Sahne-Schaum	10 39
Ananas-Bacon-Happen	8 33
Apfel-Kren-Salat	10 35
Apfel-Senf-Haxen	6 35
Apfelstrudel-Granola	4 39
Apfelstrudel-Muffins	2 39
Backhendlsalat mit Kürbiskern dressing	4 35
BBQ-Ingwer-Spareribs	3 34
Blattsalaten, Bouquet von, mit Himbeervinaigrette	11 32
Brioche-Häschen	4 34
Caesar-Nudelsalat	3 35
Caibierinha	10 39
Cajun-Kasseler	8 35
Ciabattamuffis, herzhaft	7 32
Coupe Caramel mit geflämten Baisertuffs	11 37
Cranberry-und-Pistazien-Schichtbutter	7 32
Croissants, überbackene, „Cordon bleu“	5 36
Eier, zweierlei gefüllte	4 37
Erdäpfelkas, gekräuterter	2 37

	Heft / Seite
Erdnuss-Hackbällchen	8 33
Erdnuss-Hummus	3 33
Fleischsalat, zünftiger	2 37
Flipflops, süße	8 36
Fondue auf Asiatisch	1 35
Galette-Röllchen, mit Lachs gefüllte	11 36
Ginger Sunrise	8 37
Glögg, wärmender	12 55
Götterschichtspeise mit Erdbeeren	5 37
Gröstlbraten, Tiroler	2 35
Hack-Röstbrot-Spieße	2 34
Hähnchen-Limetten-Spieße	8 33
Honig-Dill-Gurken	7 33
Kabeljau, geräucherter	6 33
Karamellbrownie-Pokal	3 37
Kartoffel-Zucchini-Tortilla	8 35
Käsespätzle mit Birnen-Zwiebelschmelz	2 36
Kichererbsen-Sesam-Dip, roter	1 35
Knabbermais	6 36
Koteletts, Cidre-, provenzalische	11 34
Krautsalat mit Mohndressing	2 38
Limetten-Früchtete, kalter	7 34
Mango-Orangen-Trifle	11 21
Marzipanbunnys	4 39
Melonen-Mozzarella-Salat	7 35
Moscow Mule	3 33
Mozartkaffee	4 34



Paprikatopf mit Hack und Tortillachips
Heft 3 Seite 36

Nugatmaikäfer	5 36
Obatzda, cremiger	10 34
Obatzda, cremiger, italienisch	10 34
Obatzda, cremiger, mit Birne und Walnuss	10 34
Osterschinkenbraten mit Apfelkren	4 36
Paprikatopf mit Hack und Tortillachips	3 36
Partybrötchen vom Blech	3 33
Pflaumendip, scharfer	1 35
Pinguine fürs Buffet	3 48

	Heft / Seite		Heft / Seite
Raclette:			
Gegrillter Speckfeigensnack	12	23	
Himbeer-Pfännchen	1	33	
Kartoffelgratinchen	12	22	
Kürbis-Ratatouille-Pfännchen	12	22	
Marillen-Filet-Schmankerl	12	23	
Pizzapfännchen Diavolo	1	32	
Pizzapfännchen Gyros	1	32	
Pizzapfännchen Spinat-Gorgonzola	1	32	
Pizzapfännchen Tonno	1	32	
Zucchini-Nudel-Miniauflauf	12	23	
Radieschendip	5	35	
Raffaello-Quark mit Beeren	8	36	
Rhabarber-Mojito	5	33	
Risonisalat, bunter	8	33	
Rote-Grütze-Schoko-Kuchen	7	37	
Rotkohl, Preiselbeer-	12	55	
Sachertörtchen	4	38	
Salamipizzaboote	7	36	
Salat, gehackter, auf mediterrane Art	5	32	
Salat, knackiger, mit Kartoffel-Meerrettich-Vinaigrette	1	33	
Schinkenbraten, schwedischer, mit Dill-Rahm-Kartoffeln	12	55	
Semmelknödelhupfe, luftige	10	36	
Schwisswasser, zweierlei	2	37	
Schmortopf, Braumeister-	10	36	
Schnittlauch-Kartoffelsalat	4	36	
Schweinebauch mit Wokgemüse	6	34	
Schweinefilet im Schinkenmantel	7	34	
Senf-Mandel-Roastbeef	5	35	
Sesamblüten	5	34	
Spareribs mit BBQ-Soße und Röstkartoffeln	6	32	
Thai-Rindfleischsalat	1	36	
Tomatencreme „caprese“	3	33	
Tomaten-Jalapeno-Salsa	8	35	
Tomatenmarienkäfer caprese	5	33	
Trüffelbeerbüschel à la Périgord	11	36	
Vegetarische Bologneseschiffchen	1	36	
Wasabi-Guacamole	1	35	
Winter-Minestrone mit weißen Bohnen	2	34	
Zander, auf dem Grill gedämpft	7	33	
Ziegenkäse und Feta im Tomatenbett	6	36	
Zwiebel-Tarte-Tatin mit Speckmarmelade	11	33	
GETRÄNKE			
Apfelmus-Gimlet	11	43	
Caibierinha	10	39	
Detox-Wasser Himbeer-Rosmarin	4	46	
Detox-Wasser Limette-Gurke-Minze	4	46	
Detox-Wasser Zitrone-Ingwer	4	46	
Eierlikör, selbst gemachter	4	25	
Gin Silver Fizz	11	43	
Gin Sul Martini	11	43	
Ginger Sunrise	8	37	
Glögg, wärmender	12	55	
Grüner Smoothie	7	44	
Hibiskuspunsch	1	60	
Limetten-Früchtetea, kalter	7	34	

Mandarinchen, beschwipstes	12	37
Moscow Mule	3	33
Mozartkaffee	4	34
Rhabarber-Mojito	5	33
Rhabarbersirup, erfrischender	4	40
Rote-Bete-Apfel-Smoothie	10	42
Schwisswasser, zweierlei	2	37
Thymian-Johannisbeer-Limonade	7	23
Wermut-Tonic, winterlicher	1	53
Whiskey, Advents-, auf Vanilleeis	12	25



Caibierinha
Heft 10 Seite 39

BACKEN

Herzhaft		
Aztekenbrötchen mit Quarkdip	11	47
Brötchen, Schweinebraten-	11	55
Ciabattamuffis, herzhaft	7	32
Cloudbread-Fladen	8	44
Cotechino, Linsen mit, und Kartoffelfocaccia	1	53
Dinnee, zweierlei	7	13
Flammkuchen, knuspriger	2	28
Frittata mit Joghurtaioli	2	41
Hackhörnchen auf mexikanische Art	6	15
Hackklößchentorte, herzhaft	7	15
Hackrolle nach Wellington-Art	6	12
Hasenbrötchen, dekorative	4	24
Kirschtomatentorte, knusprige	8	7
Knäckebrotherzen	12	56
Laugenbrötchen, Weißwurstsalat mit Ringelbeten, süßer Senfvinaigrette und	8	53
Laugenchips, ofengeröstete	10	34
Ofenstockbrot	11	9
Pfifferlingstorte mit Schinken	8	39
Pilztorte, deftige, mit Kasselerstreifen	3	43

Heft / Seite



Knuspriger Flammkuchen
Heft 2 Seite 28

Pizza, amerikanische Pfannen-	12	43
Pizza Ratatouille	8	18
Pizzabrot, gefülltes	1	36
Semmelknödelhupfe, luftige	10	36
Spiegelei-Ziegenkäsepizza	1	15
Spinat-Lachs-Quiche	1	17
Süßkartoffelstrudel mit Pestoschaum	12	25
Thunfischpizza mit Specklocken	4	17
Zwiebel-Tarte-Tatin mit Speckmarmelade	11	33
Süß		
Apfel-Prasselkuchen vom Blech	3	63
Apfelstrudel-Muffins	2	39
Apfeltorte, beschwipste	10	65
Apfelwaffeln, zimtige	2	43
Baumkuchentorte mit Zimtknusper-Sahne	12	81
Beeren-Buttermilch-Gugelhupf	3	60
Birne-Helene-Streuselkuchen	11	59
Biskuitrolle, beerige	7	57
Blaubeer-Bienenstich vom Blech	2	60
Blaubeer-Mandelkuchen	7	60
Blaubeerschnecken	3	62
Blaubeerzopf, Rapunzels	8	58
Bratapfel-Rosenkuchen, luftiger	12	74
Brownies, Haselnuss-	11	59
Buchtelblech, bayerisches	10	59
Crème-brûlée-Cheesecake mit Knusperboden	4	57
Crumble, knuspriger, mit Äpfeln und Zwetschen	10	55
Cupcaketorte, Schwarzwälder	5	62
Earl-Grey-Kuchen mit Mandarinen	1	60
Eierlikör-Sahnetorte	1	58
Engelsäuglein mit roter Konfitüre	12	65
Erdbeer-Bananenbrot	6	59
Erdbeer-Basilikum-Torte	8	64
Erdbeer-Brownie	6	57
Erdbeer-Pannacotta-Tarte	6	58
Erdbeer-Pavlova mit Minzpesto	6	62
Erdbeer-Streuselkuchen	6	60

	Heft / Seite
Erdbeertorte mit Herz	6 57
Erdnuss-Marmorkuchen mit Karamellguss	2 63
Frischkäse-Schokokuchen, gestrudelt	4 61
Früchtetraum mit essbaren Blüten	7 61
Grünteetörtchen mit Granatapfel	1 62
Gugelhupf, des Froschkönigs	8 60
Hexenhaus, märchenhaftes	12 78
Himbeersahnetraum mit Miniwindbeuteln	11 61
Himbeer-Scones	1 58
Hochzeitstorte, romantische	5 58
Ingwer-Lebkuchenfamilie	12 66
Kakaoprälinen mit Datteln	12 65
Kalter Hund mit Oreo-Keks	2 61
Käsekuchen, westfälischer	10 61
Käseschnitten, exotische, mit Kiwi	4 59
Kekshasis, süß gefüllte	4 30
Kirsch-Butterkuchen mit Florentinerknusper	7 59
Kirschtorte mit Marzipan	12 17
Kokosgugelchen mit Limette	5 59
Kokosrauten mit Mürbeteig und Schokolade	12 66
Krapfen, fränkische, mit Hiffenmark	1 64
Kuchenglück in 5 Minuten	1 46
Lerchen-Kuchen, Leipziger-	10 63
Limettenkuchen, Gin-Tonic-	11 43
Lussekatter, süße	12 52
Mandarinen-Biskuitmuffins, leichte	3 61
Mandarinen-Schmetterlingsschnitten	5 57
Mandelhippen mit Schoko-Rum-Mousse	1 61
Mandelküchlein, zarte	12 71
Marzipantorte, festliche	5 60
Minikränzchen, Frankfurter	2 59
Mohnkäsekuchen mit Makronenstreifen	4 62
Möhrentorte, süße	4 65
Muffins, süße Grusel-	11 52



*Erdbeer-Pannacotta-Tarte
Heft 6 Seite 58*

Naked Cake, exotischer	4 53
Nougatstollenwölkchen	11 65
Nusstorte, schwedische	3 65

	Heft / Seite
Petits Fours, Frankfurter	10 60
Pharisäerschnitten, friesische	10 59
Pflaumen-Marzipan-Tartelettes	7 58
Pflaumenmus-Butterkuchen	1 58
Quittenküchlein, gewürzte	11 50
Rentierkuchen Rudolph	12 76
Rhabarberkuchen mit Mandelstreuseln	4 42
Ricottaküchlein im Weckglas	4 58
Riesenhimbeertasche	3 59
Rote-Grütze-Schoko-Kuchen	7 37
Sacherkranz mit Marzipanbäumchen	12 71
Schichttorte „Prinzessin auf der Kirsche“	8 56
Schlaraffenland-Milchreistorte	8 57
Schneetörtchen, Frau Holles	8 62
Schneeweißchen-und-Rosenrot-Schnitten	8 59
Schneewittchentorte mit Zipfelhaube	2 59
Schoko-Keks-Torte	6 64
Schokoknopftorte	11 60
Schoko-Pflaumenschnitten	3 59
Schoko-Regenbogenfisch	5 57
Schokozupfkuchen, weihnachtlicher	12 72
„Skyrkaka“ – isländischer Skyrkuchen	2 53
Snickers-Käsekuchen mit Erdnussbutterstreuseln	4 57
Sonntagswaffeln	2 40
Streusel-Käsekuchen mit Rhabarber und Erdbeeren	5 65
Streuselkuchen nach Gutsherrenart	2 64
Tartelettes mit Baileys-Ganache	11 62
Waffeltorte, herzige	7 62
Weinschnitten, badische	10 62
Zitronen-Baiser-Torte	7 65
Zitronen-Biskuitrolle mit Lemoncurd	2 62
Zitronenkuchen mit Mohh	7 51

EXTRA

Schnelle Küche

Aprikosen-Stutenaufauf	4 16
Beerenmix auf Grießbrei	4 16
Blumenkohl-Kichererbsen-Curry	4 9
Bohnenkopf mit Mettbällchen	4 5
Couscouspfanne, orientalische	4 12
Eier, gebackene, in Tomatensugo	4 9
Ei-Gurken-Creme	4 13
Flammkuchen mit Spargel und Lachs	4 15
Frühlingscurry	4 4
Geflügel-Pinienkern-Paste	4 13
Gemüsepfanne mit Kräutersoße	4 12
Glasnudelsalat mit Hack und Paprika	4 3
Gnocchi, gebratene, mit Radieschen	4 11
Gnocchi-Auflauf mit Salami	4 15
Jägerpfanne, deftige	4 12
Kefir-Radieschen-Suppe, erfrischende	4 5
Kidneybohnen-Quesadillas	4 8

	Heft / Seite
Lachs-Nudelpfanne mit Brokkoli	4 11
Mafaldine mit Tomaten-Chorizo-Soße	4 2
Mettfrikadellen zu Rahmgemüse	4 7
Milchnudeln mit Rhabarber	4 16
Nudeln mit Spargel und Spinatpesto	4 3
Nuss-Birnen-Aufstrich	4 13
Paprika-Obatzda	4 13
Paprikasuppe, geröstete	4 5
Schinken-Käse-Brotauflauf	4 15
Schupfnudeln mit Kirschen	4 16



*Überbackene Spinatpfannkuchen
Heft 4 Seite 14*

Schweinefleisch süßsauer	4 11
Sesamnudeln mit Garnelen	4 3
Spinatpfannkuchen, überbackene	4 14
Thai-Chickenwok	4 10
Thunfisch-Tomaten-Creme	4 13
Wirsing-Speck-Pfanne, herzhaft	4 7
Wraps mit Hack-Salat-Füllung	4 7
Zucchini-Pfanne, griechische	4 6
Zucchini-Salat mit Halloumi	4 9



Gemüsequiche mit Schinken
Heft 6 Seite 19

4-Zutaten-Küche

Blitz-Fladenbrotpizza	6	23
Erbensuppe, frische, mit Knusperfleisch	6	12
Filetgulasch mit grünen Bohnen	6	20
Gemüsebraterei mit Hähnchen	6	15
Gemüsequiche mit Schinken	6	19
Gnocchi in Tomaten-Käsesoße	6	6
Hüttenkäse-Pfannkuchen mit Beerensoße	6	27
Käse, gebratener, auf buntem Tomatensalat	6	10
Kohlrabi-Kartoffel-Suppe mit Räucherlachs	6	28
Medaillons, überbackene, mit Aprikosen und Gorgonzola	6	3
Mettfrikadellen auf Gurkenrahm	6	25
Putenspieße zu Asiagurkensalat	6	9
Rigatoni mit Paprika-Speck-Soße	6	15
Schauomelett mit Camembert	6	13
Spaghetti mit Steakstreifen	6	16
Tomaten, gefüllte, mit Couscous	6	26
Zuckerschotensalat mit pochiertem Ei	6	5

Partysalate

Antipasti-Nudelsalat	7	7
Apfel-Wasabi-Dressing	7	13
Asianudelsalat mit Roten Beten	7	7
Brühkartoffelsalat, schwäbischer	7	5
Bulgursalat, orientalisches, „Taboulé“	7	11
Chilibohnensalat mit Kabanossi	7	15
Countrysalat mit Röstkartoffeln	7	2
Couscoussalat mit Himbeeren	7	10
Farfallesalat mit getrockneten Tomaten und Basilikum	7	6
Harissasoße, feurige	7	13
Hausmachersalat mit Radieschen und Schinkenwürfeln	7	3
Heidelbeer-Pumpernickel-Dressing	7	13
Himbeervinaigrette	7	13
Hörnli-Erbsen-Salat, cremiger	7	9
Hummusdressing	7	13
Johannisbeer-Thymian-Dressing	7	13
Kartoffelsalat, grüner, mit Speck	7	3
Kartoffelsalat mit Dill und Meerrettich	7	5
Kartoffelsalat zum Selbermischen	7	4
Möhrensalat mit Ingwerdressing	7	15
Nizzasalat mit Thunfischsteaks	7	16
Nudelsalat mit geröstetem Blumenkohl und Hackbällchen	7	9
Pastasalat mit Pinienkernen	7	9
Pennesalat mit Speck und Tomatendressing	7	8
Pestokartoffelsalat all'Italia	7	3
Quinoasalat	7	11
Roter-Reis-Salat mit Sommergemüse und Pistazien	7	11
Senf-Kräuter-Dressing	7	13
Süßkartoffel-Chorizo-Salat, warmer	7	5



Nudelsalat mit geröstetem Blumenkohl und Hackbällchen
Heft 7 Seite 9

Tomaten-Bohnen-Salat mit Croûtons	7	14
Tomatensalat caprese mit Balsamicoirup	7	16
Tortellini-Gemüse-Salat, frischer	7	7

Plätzchenzeit

Amaretti, klassische	11	24
Braune Kuchen	11	5
Chai-Schneeflöckchen	11	17
Cookies, zweierlei	11	28



Gefüllte Herzen
Heft 11 Seite 27

Dattel-Marzipan-Röllchen	11	23
Florentiner, Mini-Früchte-Cookies	11	14
Herzen, gefüllte Honigkuchenherzen	11	27
Karamellplätzchen mit Schokolade	11	25
Knusperkringel	11	19
Kokosmakronen mit Ganache-Füllung	11	3
Linzer Plätzchen, feine	11	18
Mandel-Kokos-Bällchen	11	15
Orangen-Eiskristalle	11	13
Orangen-Mandelöhrchen	11	9

