

## INHALTSVERZEICHNIS

|                                                    |     |                                               |     |
|----------------------------------------------------|-----|-----------------------------------------------|-----|
| <b>Gemüse</b> . . . . .                            | 1   | <b>Aufbewahrung</b> . . . . .                 | 113 |
| Allgemeines . . . . .                              | 1   | <b>Vorbereitung</b> . . . . .                 | 113 |
| Kurzzeitige Lagerung von Gemüsen . . . . .         | 1   | <b>Zubereitung</b> . . . . .                  | 115 |
| Vorbereitung von Gemüsen . . . . .                 | 2   | Zubereitungen aus rohen, geschälten           |     |
| Zubereitung von Gemüsen                            |     | Kartoffeln . . . . .                          | 115 |
| (Garverfahren) . . . . .                           | 2   | Zubereitungen von ungeschälten,               |     |
| <b>Gemüsearten und deren Zubereitung</b> . . . . . | 11  | gegarten Kartoffeln . . . . .                 | 127 |
| Artischocken . . . . .                             | 11  | Zubereitungen von geschälten,                 |     |
| Auberginen . . . . .                               | 20  | gegarten Kartoffeln . . . . .                 | 130 |
| Avocado . . . . .                                  | 23  | <b>Klöße – Knödel</b> . . . . .               | 137 |
| Blumenkohl . . . . .                               | 24  | Allgemeines . . . . .                         | 137 |
| Bohnen . . . . .                                   | 27  | Klöße auf der Grundlage von                   |     |
| Brokkoli . . . . .                                 | 33  | Kartoffeln . . . . .                          | 137 |
| Chicorée . . . . .                                 | 33  | Klöße auf der Grundlage von                   |     |
| Erbsen . . . . .                                   | 36  | Getreideprodukten . . . . .                   | 142 |
| Fenchel . . . . .                                  | 40  | Klöße auf der Grundlage von                   |     |
| Grünkohl . . . . .                                 | 42  | Semmeln (Brötchen) . . . . .                  | 146 |
| Gurken . . . . .                                   | 43  | <b>Teigwaren</b> . . . . .                    | 149 |
| Kohlrabi . . . . .                                 | 46  | Allgemeines . . . . .                         | 149 |
| Kopfsalat . . . . .                                | 49  | Teigwaren im Angebot der Industrie . . . . .  | 149 |
| Lauch (Porree) . . . . .                           | 52  | Allgemeine Zubereitung . . . . .              | 152 |
| Linsen . . . . .                                   | 54  | Teigwaren eigener Herstellung . . . . .       | 153 |
| Mais . . . . .                                     | 55  | <b>Reis</b> . . . . .                         | 157 |
| Maronen . . . . .                                  | 56  | Allgemeines . . . . .                         | 157 |
| Möhren – Karotten . . . . .                        | 58  | Sorten . . . . .                              | 157 |
| Okra . . . . .                                     | 60  | Allgemeine Zubereitung . . . . .              | 159 |
| Paprika . . . . .                                  | 61  | Gerichte von Reis . . . . .                   | 162 |
| Perl-, Silberzwiebeln . . . . .                    | 63  | <b>Salate</b> . . . . .                       | 165 |
| Rosenkohl . . . . .                                | 64  | Allgemeines . . . . .                         | 165 |
| Rotkohl . . . . .                                  | 67  | Salatsaucen – Marinaden – Dressings . . . . . | 167 |
| Schwarzwurzeln . . . . .                           | 69  | Salate von rohen Gemüsen . . . . .            | 172 |
| Sellerie . . . . .                                 | 71  | Salate von gegarten Gemüsen . . . . .         | 178 |
| Spargel . . . . .                                  | 75  | Kombinierte Salate . . . . .                  | 181 |
| Speiserüben . . . . .                              | 81  | <b>Käse</b> . . . . .                         | 187 |
| Spinat . . . . .                                   | 83  | Allgemeines . . . . .                         | 187 |
| Tomaten . . . . .                                  | 87  | Käsesorten . . . . .                          | 188 |
| Weißkohl . . . . .                                 | 90  | Lagerung von Käse . . . . .                   | 195 |
| Wirsing . . . . .                                  | 93  | Verwendung von Käse . . . . .                 | 196 |
| Zucchini . . . . .                                 | 94  | <b>Regionalgerichte</b> . . . . .             | 201 |
| Zwiebeln . . . . .                                 | 96  | Küstengebiete der Nord- und Ostsee . . . . .  | 202 |
| <b>Pilze</b> . . . . .                             | 99  | Berlin – Mark Brandenburg – Lausitz . . . . . | 215 |
| Allgemeines . . . . .                              | 99  | Schlesien . . . . .                           | 224 |
| Arten . . . . .                                    | 99  | Sachsen . . . . .                             | 229 |
| Einkauf, Lagerung, Verderb . . . . .               | 102 | Thüringen . . . . .                           | 234 |
| Zubereitung von Pilzen . . . . .                   | 103 | Niedersachsen . . . . .                       | 239 |
| <b>Kartoffeln</b> . . . . .                        | 111 | Nordrhein-Westfalen . . . . .                 | 246 |
| Allgemeines . . . . .                              | 111 |                                               |     |
| Sorten und deren Eigenschaften . . . . .           | 111 |                                               |     |

|                                      |     |
|--------------------------------------|-----|
| Rheinland-Pfalz – Saarland . . . . . | 253 |
| Hessen . . . . .                     | 259 |
| Baden-Württemberg . . . . .          | 265 |
| Bayern . . . . .                     | 273 |
| <b>Nationalgerichte</b> . . . . .    | 283 |
| Schwedische Küche . . . . .          | 284 |
| Dänische Küche . . . . .             | 294 |
| Holländische Küche . . . . .         | 299 |
| Englische Küche . . . . .            | 303 |
| Spanische Küche . . . . .            | 321 |
| Französische Küche . . . . .         | 327 |
| Schweizerische Küche . . . . .       | 341 |
| Italienische Küche . . . . .         | 348 |
| Österreichische Küche . . . . .      | 360 |
| Tschechoslowakische Küche . . . . .  | 379 |
| Ungarische Küche . . . . .           | 385 |
| Rumänische Küche . . . . .           | 394 |

|                                                        |     |
|--------------------------------------------------------|-----|
| Bulgarische Küche . . . . .                            | 400 |
| Russische Küche . . . . .                              | 405 |
| Arabische Küche . . . . .                              | 425 |
| Chinesische Küche . . . . .                            | 430 |
| Japanische Küche . . . . .                             | 436 |
| Indonesische Reistafel . . . . .                       | 441 |
| Küche der Vereinigten Staaten<br>von Amerika . . . . . | 447 |
| Südamerikanische Küche . . . . .                       | 481 |
| <b>Schonkost – Diät</b> . . . . .                      | 485 |
| Wichtige Diätformen . . . . .                          | 486 |
| Diät-Gütezeichen . . . . .                             | 493 |
| <b>Sachwortverzeichnis</b> . . . . .                   | 495 |
| <b>Erklärung der Fachausdrücke</b> s. Bd. 1,<br>S. 641 |     |