

INHALT

- 7 Ein Wort zuvor
- 9 Von der ostpreußischen Gastfreundschaft
- 11 Die ostpreußische Küche einst und jetzt
- 12 Die Kräuter und Gewürze in der ostpreußischen Küche
- 15 Suppen
- 21 Fischgerichte
- 29 Fleischgerichte
- 41 Lange Gerichte (Eintopfgerichte)
- 48 Kartoffelgerichte
- 54 Mehl- und Eierspeisen
- 59 Gemüse
- 65 Salate
- 72 Quarkspeisen
- 77 Süße Speisen zum Nachtisch
- 82 Backwerk
- 94 Seelenwärmer
- 100 Register