

INHALT

8 NICHT VEGETARISCH

12 ANBAUMETHODEN

14 SAISONAL

16 GEMÜSE KAUFEN

18 GEMÜSELEXIKON

20	Wurzelgemüse und Knollen
36	Kohl
50	Pilze
58	Hülsenfrüchte
64	Zwiebeln
74	Salat
86	Quer durch den Gemüsegarten

110 KONDIMENTE UND GEWÜRZE

112	Unverzichtbare Kondimente
116	Gewürze

118 REZEPTE

120	Geniale Cremes und Dips
134	Mariniert, fermentiert und aufgegossen
150	Hauptgerichte
202	Salate und Beilagen

BEVOR SIE
MIT DEM KOCHEN BEGINNEN,
LESEN SIE BITTE UNBEDINGT DIE
ANMERKUNGEN ZU DEN REZEPTEN
AUF S. 118.

244 ÜBER DIE AUTOREN

246 LIEFERANTEN, GESCHÄFTSPARTNER, FREUNDE UND FÖRDERER

248 REGISTER

248	Saisonkalender
251	Gemüsezutaten
252	Rezepte