

<i>Einführung</i>	6
-------------------------	---

DAS DRESSING

<i>Allgemeines</i>	17
Französisches Dressing	26
Italienisches Dressing	27
Orientalisches Dressing	28
Safran-Dressing	29
Ingwer-Dressing	30
Joghurtdressing	31

ERFRISCHEN

Salade Rochellaie	36
Salat Chèvre chaud	39
Salade niçoise	42
Provenzalischer Salat	47
Carottes râpées	48
Insalata Caprese	50
Griechischer Bauernsalat	53
Auberginensalat mit Granatapfel	55
Hühnersalat mit Ananas und Curry	56
Crevettensalat	58
Waldorfsalat	63
Schweizer Wurstsalat	64
Grüner Sommersalat mit Ogrosln	66
<i>Die Rehabilitation der Stachelbeere</i>	69
Bunter italienischer Salat	71
Tomatensalat mit grünen Fisolen	72
Salatherzen	75
Sommerlicher Grillkäsesalat	76
Sprossensalat	78
Leichter Salat mit grünem Sellerie	81
Rucola mit Birne	83
Paprika-Pfirsich-Salat	84
Sardinensalat mit Apfel	89
Rote-Rüben-Salat mit Apfel, Granatapfel und Frühlingszwiebeln	90

Frühlingsalat mit Sauce Hollandaise	94
Salat aus Fisolen und heurigen Kartoffeln	96
Kohlrübencarpaccio nach Sarah Wiener	100

ERWÄRMEN

Steirischer Käferbohnsensalat	104
Rindfleischsalat mit Kürbiskernöl	106
Blattsalat mit lauwarmen Waldpilzen	108
Salade Paysanne	111
Ziegenkäse im Speckmantel auf Blattsalat	113
Mediterranes Taboulé	116
Orientalischer Bulgursalat	118
Fenchelsalat mit Orangen und Datteln	121
Dattelsalat mit violetten Kartoffeln	122
Orientalischer Karottensalat	125
Fenchelsalat mit Ananas und Dinkel	128
Rotkohlsalat mit Orangenfilets	131
Rote-Rüben-Salat mit Kidneybohnen und Apfel	134
Linsensalat mit Karotten und Frühlingszwiebeln	137
Brokkolisalat mit Orecchiette und Speck	138
Italienischer Blumenkohlsalat	142
Kichererbsensalat mit geräucherter Entenbrust	145
Reissalat	148

Spinatsalat mit Feigen und Ziegencamembert	150
Steirischer Nudelsalat	153
Kaspressknödel mit Roter Rübe auf Blattsalat	154
Salat mit Sardinen und Kartoffeln	157

ENTDECKEN

Puntarella alla Romana	163
<i>Das heitere Bittere der Puntarella</i>	164
Panzanella	166
Rucola mit Sfilacci di Equino	171
Rosa di Gorizia mit Orange und Bresaola	172
Insalata a colori	174
Les Oeufs Mimosa	176
Salat mit geräucherter Entenbrust	180
Salade de Gésiers de Canard	183
Salatka z buraków	184
Rote-Rüben-Salat mit Himbeeren	188
Salat mit wildem Spargel, Estragon und Himbeeren	191
Roter Chicoréesalat mit Waldheidel- beeren und Blauschimmelkäse	193
Gefüllte Chicoréeblätter	196
Wassermelone mit Feta	198
Wassermelone mit rotem Paprika	201

Mangosalat mit Chili	204
Gurken-Birnen-Salat mit Pinienkernen	206
Tomatensalat mit Erdbeeren	209
<i>Erdbeeren auf französischen Märkten</i>	211
Fisolensalat mit Zuckermelone	212
Salat mit Garnelen und Weintrauben	215
Tomatensalat mit gegrilltem Oktopus	216
Apfelscheiben mit Rucola und Räucherfisch	221
Gebackener Kürbis mit Prosciutto cotto	222
Fermentierter Spargel mit Radieschen	226
Salat mit Onsen-Ei	230

VERFLÜSSIGTE SALATE ALS VORSPEISE ODER COCKTAIL

Gazpacho	234
Verflüssigter Salat von der Roten Rübe	237
Verflüssigter Tomatensalat mit Erdbeeren	239
Melonensuppe nach Antonio Carluccio	240
Verflüssigter Eisbergsalat	242
Verflüssigter Paprika-Himbeer-Salat	245
Geeister flüssiger Gurkensalat mit Ziegenfrischkäse	246
Verflüssigter gemischter Salat	248

<i>Biografie, Danksagung, Impressum</i>	253
---	-----