

<i>Einführung</i>	6	Frühlingssalat mit Sauce Hollandaise	94
<b>DAS DRESSING</b>			
<i>Allgemeines</i>	17	Salat aus Fisolen und heurigen Kartoffeln	96
Französisches Dressing	26	Kohlrübencarpaccio nach Sarah Wiener	100
Italienisches Dressing	27		
Orientalisches Dressing	28		
Safran-Dressing	29		
Ingwer-Dressing	30		
Joghurtdressing	31		
<b>ERFRISCHEN</b>			
Salade Rochellaise	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		
Frühlingssalat mit Sauce Hollandaise	94		
Salat aus Fisolen und heurigen Kartoffeln	96		
Kohlrübencarpaccio nach Sarah Wiener	100		
<b>ERWÄRMEN</b>			
Steirischer Käferbohnensalat	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 Ziegenkäsecamembert .....	150	Mangosalat mit Chili .....	204
Steirischer Nudelsalat .....	153	Gurken-Birnen-Salat mit Pinienkernen ....	206
Kaspressknödel mit Roter Rübe auf Blattsalat .....	154	Tomatensalat mit Erdbeeren .....	209
Salat mit Sardinen und Kartoffeln .....	157	<i>Erdbeeren auf französischen Märkten</i> .....	211
<b>ENTDECKEN</b>			
Puntarella alla Romana .....	163	Fisolensalat mit Zuckermelone .....	212
<i>Das heitere Bittere der Puntarella</i> .....	164	Salat mit Garnelen und Weintrauben .....	215
Panzanella .....	166	Tomatensalat mit gegrilltem Oktopus .....	216
Rucola mit Sfilacci di Equino .....	171	Apfelscheiben mit Rucola und Räucherfisch .....	221
Rosa di Gorizia mit Orange und Bresaola ...	172	Gebackener Kürbis mit Prosciutto cotto ...	222
Insalata a colori .....	174	Fermentierter Spargel mit Radieschen .....	226
Les Oeufs Mimosa .....	176	Salat mit Onsen-Ei .....	230
Salat mit geräucherter Entenbrust .....	180	<b>VERFLÜSSIGTE SALATE ALS VORSPEISE ODER COCKTAIL</b>	
Salade de Gésiers de Canard .....	183	Gazpacho .....	234
Sałatka z buraków .....	184	Verflüssigter Salat von der Roten Rübe ....	237
Rote-Rüben-Salat mit Himbeeren .....	188	Verflüssigter Tomatensalat mit Erdbeeren .....	239
Salat mit wildem Spargel, Estragon und Himbeeren .....	191	Melonensuppe nach Antonio Carluccio ....	240
Roter Chicoréesalat mit Waldheidelbeeren und Blauschimmelkäse .....	193	Verflüssigter Eisbergsalat .....	242
Gefüllte Chicoréeblätter .....	196	Verflüssigter Paprika-Himbeer-Salat .....	245
Wassermelone mit Feta .....	198	Geeister flüssiger Gurkensalat mit Ziegenfrischkäse .....	246
Wassermelone mit rotem Paprika .....	201	Verflüssigter gemischter Salat .....	248
		<i>Biografie, Danksagung, Impressum</i> .....	253