

# INHALTSVERZEICHNIS

KLEINE CHECKLISTE FÜR KOCHPROFIS	8
ABKÜRZUNGEN UND MENGENANGABEN	9
HILFE, WIE GEHT DAS?	10
WAS BRAUCHT MAN IN DER KÜCHE?	12

## SUPPEN

Kürbissuppe und Möhrensuppe	16
-----------------------------	----

Hühnerbrühe (Rosół) aus Polen	74
-------------------------------	----

Bohnensuppe (Fasolada) aus Griechenland	75
--------------------------------------------	----

## SALATE

Sophies weltbester Obstsalat	18
Sommersalat mit Wassermelone	19
Möhrensalat à la Mama Moretti	20
Eisbergsalat mit Sophies Salatsoße	24
Omas geheime Salatsoße	25
Bayrischer Wurstsalat	30
Nizza-Salat (Salade niçoise) aus Frankreich	60

# HAUPTGERICHTE

Möhrenrösti	34	Kariba-Schinken (Ham Kariba) aus Kenia	81
Käseauftauf (Ramequin) aus der Schweiz	52	Kochbananen (Alloko) mit Gemüsesoße von der Elfenbeinküste	82
Käse-Rösti aus der Schweiz	53	Erdnuss-Hähnchen (Nikatse Nkwa) von der Elfenbeinküste	83
Raclette aus der Schweiz	56	Kichererbsen-Bällchen (Falafel) aus Syrien	85
Käsefondue aus der Schweiz	57	Grieß Halwa (Suji Ka Halwa) aus Indien	86
Kartoffelgratin aus Frankreich	61	Feuertopf (Huǒguō) aus China	89
Spaghetti Carbonara aus Italien	65	Ananas-Pfanne (Pancl Buah Nanas) aus Malaysia	90
Spaghetti mit Tomatensoße (Spaghetti al pomodoro) aus Italien	67	Omelett Reis (Omurice) aus Japan	92
Pizza aus Italien	69	Kartoffelecken (Wedges) mit Sour Cream aus Australien	96
Nudeltäschchen mit Hackfleischfüllung (Manti) aus der Türkei	76	Rippchen (Spare Ribs) aus Amerika	100
Eier in Tomatensoße (Shakshuka) aus Israel	78	Echte Hamburger aus Amerika	101
Joshuas Orangensoße mit Reis aus Israel	80	Gefüllte Paprika (Chile relleno) aus Mexiko	105

## DESSERTS UND SÜBES

Omas Erdbeermarmelade	26
Omas Apfelpfannkuchen	29
Milchreis	38
Mehlbüddel	40
Waffeln mit heißen Kirschen	43
Winterliche Bratäpfel	47
Kaiserschmarr'n aus Österreich	54
Arme Ritter (Wentelteefjes) aus den Niederlanden	59
Überbackenes Obst (Fruit Crumble) aus England	70
Bananen im Schlaufrock (Banana crescents) aus Australien	95
Kokos-Kürbis-Auflauf (Pumpkin Pilhi) aus der Südsee	98
Schokokugeln (Brigadeiros) aus Brasilien	107

## SNACKS UND GETRÄNKE

Stockbrotteig	22
Möhren-Müsli-Riegel	27
Winterlicher Apfelpunsch	48
Nessies Haferbrei (Porridge) aus Schottland	71
Puffmais (Popcorn) aus Amerika	102

# KUCHEN UND GEBÄCK

Geburtstagskuchen	23
Möhrenbrot	33
Süße Quarkhänschen	37
Herzhafte Möhren-Muffins	41
Weihnachtsplätzchen	44
Hexenhäuschen	49
Dreikönigskuchen (Galette des Rois) aus Frankreich	62
Mandelkuchen (Tarta de Santiago) aus Spanien	64
Safranbrötchen (Lussekatter) aus Schweden	72
Glückskekse	88
Schokokekse (Chocolate Chip Cookies) aus Kanada	99
Osterstollen (Jamaica Bun) aus Jamaika	106

VORWORT

6

DANK

111

REGISTER

108