

Von der Ehrlichen zimlichen, auch erlaubten wolust des leibs ...	11
<i>Mittelalterliche Küchengeschichte</i>	
Ein guot kräfttig süpplin zemachen	20
<i>Aus dem dampfenden Suppentopf</i>	
Wiltu eyn guot bastettem machen	30
<i>Die Geheimnisse der Pastetenbäcker</i>	
Allerhand zames Fleischwerck	43
<i>Die ganz normale Fleischeslust von Schwein, Rind, Kalb und Lamm</i>	
Von wildpret zemachen	54
<i>Gejagtes aus Wald und Flur</i>	
Von zam Vögelin	65
<i>Geflügelte Gerichte</i>	
Vonn allerlay Fisch, Krebezen ...	75
<i>Von der Angel und aus dem Netz</i>	
Vonn Eyserspeisz so man zuberaitenn kan	86
<i>Überraschungen mit Ei</i>	
Allerlay Gemüß zuzurichten	94
<i>Erntefrisch vom Markt und aus dem Garten</i>	

Meldung vonn allerlay Zuspeyß	103
<i>Beilagen aus der Zeit, als Amerika und die Kartoffel noch nicht entdeckt waren</i>	
Wie man eyn guot salsen berayt	112
<i>Delikatessen aus der Saucenküche</i>	
Vonn allerlay Zuckerwerck, Latwergen und Confect	123
<i>Süßes für mittelalterliche Schleckermäuler</i>	
Vonn etlich Bachwerck	135
<i>Knuspriges und Herzhaftes aus dem eigenen Ofen</i>	
Die Kellermaisterey	143
<i>Was Rittersleut, Bürger, Bauern und, nicht zu vergessen, die Mönche tranken</i>	
Wiltu eyn gast sin alhier so nimb dies regulum herfir.	153
<i>Tischregeln und -sitten</i>	
Wie man jedes stuck nach der zal suchen sol	156
<i>Register der Rezepte</i>	

**Von der Gehrlichen zimlichen,
auch erlaubten wolust des leibs ...**

Mittelalterliche Küchengeschichte 10

Ein guot kräftig süpplin zemachen

Aus dem dampfenden Suppentopf 20

Soupe a loignon
Suben vonn Bonen
Ruetschart
Suben vonne Lombardey
Olla Potrida
Rindfleisch mite Kräutter gesoten
Ain guot spise vonn linsin
Kernlasuppelin
Grawe suben mit Hennerfleisch
Suben von Hun mit Castanien
Hecht von Flus in suben
Gele suben vonn Vischen
Eyn fastensüpplin zemachen
Ramsuben mite Kernla

Die Ur-Zwiebelsuppe 22
Herzhaft-deftige Bohnensuppe 22
Bohneneintopf 23
Lombardische Suppe 23
Der „faule Topf“, ein herzhafter Eintopf 24
Kräuterwürzige Rindfleischsuppe 25
Linsentopf 25
Kräuterwürzige Sagosuppe 26
Huhn in grauer Suppe 26
Geflügelsuppe mit Esskastanien 26
Würzige Flusshecht-Suppe 27
Fischsuppe 27
Fastensuppe 28
Süße Rahmsuppe mit Sago 28

Wiltu eyn guot bastettem machen

Die Geheimnisse der Pastetenbäcker 30

Torten von Borbon
Pasteten von Spansaw
Heidenisch Kuche
Kalfbastettem mit ribislmuos
Ain bastettem vonn Ochsenzungen
Kaponenbastettem mit phlumenmuos
Bastettem vonn Hispania
Ein tortt von Mangoldt
Ain jenaweser torta
Bastettem von hase
Wildbrettbastettem mit Weichselsalse
Visch bastettem mite Würtzkreutter
Dorttem von Krebezen

Bourbonische Torte 32
Spanferkelpastete 32
Böhmische Pastete 33
Kalbfleischpastete mit Johannisbeersauce 33
Ochsenzungenpastete 34
Hühnerfleischpastete mit Pflaumensauce 35
Spanische Pastete 36
Mangoldtorte 37
Jenaweser Torte 37
Hasenpastete 38
Wildpastete mit Weichselsauce 39
Mit Kräutern gewürzte Fischpastete 40
Krebstorte 41

Allerhand zames Fleischwerck

Die ganz normale Fleischeslust 43

Rindfleisch von rippen
mite wildbrett von ayren
Cyvé
Knödelin vonn Rindt
Gefilte brust von Kalb

Pikante Hochrippe in der Kruste
mit gebackenen Eierteigstäbchen 45
Rinderragout 45
Rindfleischklößchen 46
Gefüllte Kalbsbrust 46

Register der Rezepte

Knöpflin von Kalbfleisch	Kalbfleischklößchen	47
Spispratem von Kalb	Kalbsspieße	48
Lambpraten vonn spiess	Lammrücken vom Spieß	48
Hammlpratem mite krustem	Krustenbraten vom Hammel	49
Haml von spis	Lammkeule vom Spieß	50
Spanferkelin mite semladorttem	Gebratene Spanferkelkeule	50
Pratem vonne swine mit gebassenes	Räucherbraten mit Kraut	51
Chaudun	Ragout mit Kasseler	51
Gebassenes mit wüerst und faisten	Schlachtplatte	52
Corat	Kalbsnierenragout	52
 Von wildpret zemachen	 <i>Gejagtes aus Wald und Flur</i>	 54
Wildtschweine in krustem gebachen	Überkrusteter Wildschweinrücken	58
Rucken vonn reh an spis gepraten	Rehrücken am Spieß gebraten	58
Schlegl von Reh	Würzig marinierte Rehkeule	59
Eyn guot geriht von Haßen	Hasentopf	60
Boussac de Connins	Wildkaninchen-Ragout	61
Schlegl von Gems	Gemschenkeule	61
Mite öpfeln gefülte Enten	Mit Äpfeln gefüllte Wildenten	62
Gefülte Wachtl mit wildbrett von ayren	Gefüllte Wachtel auf Eierteigstäbchen	63
Krametsvögel mit vinpleter	Wachtel in Weinblättern	63
Von eyn gepratne Phaßhun	Pikant gewürzter Fasan	64
 Von zam Vögelin	 <i>Geflügelte Gerichte</i>	 65
Henner von maistrekoche Bartolomeo	Gefülltes Huhn	67
Hüner in salse von rothem wein	Poularde in Rotweinsauce	68
Ayn junges Hühn inn Agrest	Junges Huhn in Agrest	68
Kapon vonn spis mite vil guot würtzkreyter	Am Spieß gebratene Poularde	69
Hünre von rinkauwe	Rheingauer Hühner	69
Ain guot gerihte von Hüner	Geflügelragout	70
Hune mite Pflawmen unnd Tatten	Huhn mit Pflaumen und Datteln	71
Hünner in salse vonn zymmedt	Huhn in zimtwürziger Sauce	72
Pfaffensnitze	Geflügel in Mandelsauce	72
Gefilt Gänß mit blauwem krautzchol	Gefüllte Gans mit Rotkohl	73
Gefilte taup vonn spis	Gefüllte Tauben am Spieß	74
 Vonn allerlay Fisch, Krebezen ...	 <i>Von der Angel und aus dem Netz</i>	 75
Dornbutt in kreyter gebachen	Steinbutt im Kräuterbett gebacken	78
Krepfelin vonn hechten in gele salse	Hechtklößchen in gelber Würzsauce	79
Saibling von hofeliche Meisterkoche	Feiner Saibling	79
Salmen mite würtzkreutter	Lachs in Kräutersauce	80
Wüerst vonn salmen	Würste vom Lachs	80
Vorhen daz gibt ze Tegernsee	Forellen nach einem Klosterrezept	81
Schniden vonn trueschen	Fischschnitten in Kräutersauce	82
Eyn Stockfisch zu machen	Stockfisch	82
Muos vonn vischen	Fein gewürzter Fischbrei	83
Eyn guot spise vonn Vischen	Fischragout	83

Wie man jedes stuck nach der zal suchen sol

Hofeliche Krebeze	Krebse nach einem bretonischen Rezept	84
Eyn hofelich spise von Ostren	Muschelpfeffer	84

Eyerspeisz so man zuberaitenn kan *Überraschungen mit Ei* 86

Ain fein geriht vonn ayren	Feine Eierspeise	88
Ayrenkuchen mite würtzkrute	Omelett mit Kräutern	88
Ayr inn gele salse	Eier in gelber Sauce	89
Geheck von ayren	Würziges Eierragout	89
Gefilte ayren	Gefüllte Eier	89
Eyn ander ezzen vonn ayren	Gefüllte Eier auf andere Art	90
Wildbrett von ayren	Ausgebackene Eierteigstäbchen	90
Ain hofelich ezzen vonn ayren	Mit Wildfleisch gefüllte Eierteigtaschen	91
Gefilte dorttem von ayren mite kronsbermuos	Gefüllte Eierkuchen mit Preiselbeersauce	92
Ayr vonn kriechen	Griechische Eier, auch als „Arme ritlere“, Arme Ritter, bekannt	93
Rosysen	„Rosseisen“, Hufeisen oder auch „Krumme Krapfen“	93

Allerlay Gemüß zuzurichten *Erntefrisch vom Markt oder aus dem Garten* 94

Pälgt arbeiß mite kreuyter	In Gartenkräutern gedünstete Erbsen	96
Behamisch arbaiß	Erbsen in Schmalz gedünstet	96
Muos vonn pälgt arbaiß	Püree von getrockneten Erbsen	97
Gemuos von arbaiß unt rueben	Erbsen-Karotten-Gemüse	97
Gele rueben	Junge Karotten	97
Weißchol mit spec	Weißkohl mit Speck	98
Gebassenes	Sauerkraut	98
Blauw krautzchol	Rotkohl oder - bayrisch - Blaukraut	99
Rosenkrautzchol	Rosenkohl	99
Gemues vonn laweh unt mangoldt	Lauch-Mangold-Gemüse	99
Gebachene zwibl	Gebackene Zwiebeln	100
Muos von schwammen	Steinpilzragout	100
Linsin mite Kes	Linsen mit Käse	100
Muos vonn bonen mite feygen	Püree von dicken Bohnen mit Feigen	101
Geriht von Kürpsen	Kürbisgratin	101
Eyn guot geriht von kürbsen	Gebackene Zucchini	102
De li sparaci	Spargel	102

Meldung vonn allerlay Zuspeiß *Beilagen aus der Zeit, als Amerika und die Kartoffel noch nicht entdeckt waren* 103

Semeldorttem	Semmeltorte	106
Salvandorttem in smalz gebachen	In Schmalz gebackene Salbeitorte	106
Fromentee	Getreideauflauf	107
Semelknödelin	Semmelknödel	107
Abtsknödel	Serviettenknödel	108
Probstsemel in butern anprenzt	Ausgebackene Weißbrotscheiben	108
Smalzic nudelin	Geschmälzte Spätzle	109

Register der Rezepte

Fein affenmündlin	Maultaschen	109
Italisch nudelin	Die „Ur-Lasagne“	110
Gefült nudlin	Ravioli	110
Wie man eyn guot salsen berayt	<i>Delikatessen aus der Saucenküche</i>	112
Pouldre fine	Mittelaltergewürzmischung	114
Verjus, Agraz/Agrest	Verjus	115
Salse vonn Hispania	Spanische Sauce	116
Salse von Robert	Sauce Robert	116
Salse fürgetragen mite wilde vögelin	Sauce zu Wildgeflügel	117
Wingertener salse	Weingärtner-Sauce	117
Knoblachsalse von welsch arten	Knoblauchsauce auf französische Art	118
Salse von zwiffeln	Zwiebelpüree-Sauce	118
Swallenberges salse	Würzige Wein-Honig-Sauce	119
Eyn würtzic salse vüre Fleysch	Würzsauce zu Fleisch	119
Salse mite sänff vonne Dijon	Würzige Senfsauce	119
Würtzic salse vonn kren	Würzige Meerrettichsauce	120
Salse vonne würtzic kreutter	Kräutersauce	120
Senaf mite würtzkreyter	Kräutersenf, wie ihn die Senfmacher von Dijon bereiteten	120
Weichselsalsen	Weichsel-/Sauerkirschsauce	121
Ribislsalse	Fruchtige Johannisbeersauce	122
Salse vonn Bromber	Fruchtige Brombeersauce	122
Salse von kronsbeer	Preiselbeersauce	122
Vonn allerlay Zuckerwerck, Latwergen und Confect	<i>Süßes für mittelalterliche Schleckermäuler</i>	123
Epfel in wine gebachen	Bratäpfel in Wein gedünstet	126
Gefilte epfelin	Gefüllte Äpfel	126
Epfele in salse von Vanille	Bratäpfel mit Vanillesauce	126
Eyn guot spise vonn Birn	Birnenkompott	127
Eyn guot spise vonn Birn und Epfel	Birnen-Apfel-Speise	127
Reiß von Kriechen	Griechischer Reis	128
Hirßbrey	Hirsebrei	128
Böhemisch Baba	Brot-Mandel-Auflauf	129
Blamensir	„Blanc manger“, Mandelmilchspeise	129
Konkavelite	Mandel-Kirsch-Speise	130
Nonnenfurez	„Nonnenfürze“, eine Gebäckspezialität	130
Lebzelte	Lebkuchen	131
Küchelin vonn Honecsaim	Honigkuchen	131
Eyn guot mandlendorttem	Feine Mandeltörtchen	132
Hasenörlin	Hasenohren	132
Smaltznüdelin	Schmalznudeln	133
Vonn etlich Bachwerck	<i>Knuspriges und Herzhaftes aus dem eigenen Ofen</i>	135
Sauerteig		137

_____ Wie man jedes stuck nach der zal suchen sol _____

Steynbrodt	Fladenbrot	138
Würtzig fladen von steynbrodt	Kräftig gewürztes Fladenbrot	138
Rugkenprod	Roggenbrot	139
Schoenez brodt	„Schönes Brot“, Weißbrot	140
Krennts von brodt	Kranzbrot	140
Propstsemel	Brötchen für die Herren	141
Eyn swartzbrodt von westphalen	Pumpernickel	142
Ketzapiren	Kletzenbrot, Früchtebrot	142

Die Kellernaisterei	<i>Was Rittersleut, Bürger, Bauern und, nicht zu vergessen, die Mönche tranken</i>	143
4-Tage-Blitzmet		148
Mayenwine	Waldmeisterbowle	150
Wiltu eyn gast sin alhier/so nimb dies regulum herfir.	<i>Tischregeln und -sitten</i>	153