

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Adolph Kolping .....</b>	<b>10</b>
<b>Tipps in der Küche .....</b>	<b>12</b>
<b>Wie man Kekse richtig aufbewahrt .....</b>	<b>13</b>
<b>Kapitel 1: Antipasti .....</b>	<b>15</b>
Mariniertes schottischer Lachs mit Salatgarnitur .....	16
Frühstückssaft für die Kraft am Morgen .....	17
Bruschette mit Bresaola und frischem Ziegenkäse .....	18
Gebackener Ziegenkäse mit Feigen .....	19
Röllchen von Rindscarpaccio mit Pfifferlingen und Parmesan .....	20
Krustenbrot mit hausgemachtem Ricotta, karamellisierten Pfirsichen, Kürbiskernen und Honig .....	22
Oktopus auf Kartoffeln mit Chilipulver .....	24
Dattelmelasse für Käse .....	25
Röllchen von Crêpes mit Räucherlachs, Gurke und Crème Fraîche .....	26
Garnelencocktail mit Chinakohl .....	27
Gefüllte Riesenchampignons .....	28
Gefüllte Melanzane mit Trockentomaten, Feta und Korianderkernen .....	30
Süsskartoffel mit Frischkäse und Kräutern .....	31
Artischocken – Was macht man eigentlich mit ihnen? .....	32
Ofenbirne mit Gorgonzola und Orangenmarmelade .....	34
<b>Kapitel 2: Suppen &amp; Eintöpfen .....</b>	<b>35</b>
Kürbiscremesuppe mit Kürbiskernen und Kürbiskernöl .....	36
Klare Gerstensuppe mit schwarzen Bohnen und gerösteten Pignoli-Nüssen .....	37
Mexikanischer Bohneneintopf .....	38
Fischsuppe Bouillabaisse à la Kolping .....	39
Brokkolicremesuppe mit Brotcroutons .....	40
Erbsen-Miesmuschelcremesuppe .....	42
Paprikacremesuppe mit Tofuwürfeln .....	43
Tomatencremesuppe mit Hühnerfleischknocken .....	44
Kastaniencremesuppe .....	46
Griessknödelsuppe mit Kräutern .....	47

<b>Kapitel 3: Vorspeisen</b>	<b>48</b>
Spinatspätzle	49
Spinatknödel	50
Speckknödel	51
Pasta alle Vongole	52
Salat mit Bresaola und Zitronen- oder Trüffeldressing	53
Risotto mit Safran, Basilikum und Tomaten	54
Risotto mit Spargel	55
Pizza a la Joachim	56
Spaghetti mit Schüttelbrotsauce und Walnüssen	57
Spaghetti al Pesto	58
Spaghetti mit Sardinen und Trockentomaten	59
Rigatoni alla Carbonara	60
Nudeln mit Ragù-Bolognese	61
Pasta Mediterranea	62
Lasagne Bolognese	63
Risotto mit Kürbis, Szechuanpfeffer und Selchfleisch	64
Käsekroketten	65
Gnocchi alla Piemontese mit Speck	66
Gnocchi mit Spinat und Schmelzkäse	67
Pasta mit Hirschragù	68
Fitness-Salat mit Proteinen und Kohlenhydraten	69
Gratinierte Crêpes mit Spinat und Topfen	70
Mit Parmesan überbackene Cannelloni mit Fleischfülle	72
Kürbis gefüllt mit Couscous und Feta	73
Lachsrävcoli mit grünem Spargel und leichter Weißweinsauce	74
Pasta mit Brokkoli und Käsesauce	76
Tagliatelle mit Pulled Hirsch	77
Pizzastrudel mit Schinken, Mozzarella, Tomaten und Paprika Lombardi	78
Spaghetti mit Acciughe, Brotbröseln und Bottarga	79
Quiche mit Kürbis, Brokkoli und Speck	80
<b>Kapitel 4: Hauptspeisen</b>	<b>82</b>
Saltimbocca alla Romana	83
Spanferkelfilet mit Pfefferrahmsauce	84
Ossobuco alla Tridentina	85
Rosa gebratener Lammrücken	86

Huhn Vögelchen .....	87
Geschmorte Kalbswange mit Lagrein .....	88
Fleischbällchen mit Tomatensauce .....	90
Ente im ganzen gebraten .....	91
Perlhuhn mit reduzierter Jus .....	92
Trocken gebratener Truthahnbraten .....	93
Knusprig gebratene Spareribs .....	94
Trippa alla Parmigiana .....	95
Gebackene Hühnerfilets mit Sesampanade .....	96
Rehpfeffer mit Kartoffelpüree .....	97
Rindsgulasch mit Blaukraut .....	98
<b>Kapitel 5: Fisch .....</b>	<b>100</b>
Lachsfilet vom Grill mit frittierten Frühlingszwiebeln .....	101
Gebratenes Goldbrassenfilet (Orata) auf Salat mit Chili .....	102
Wolfsbarschfilets auf Thymianrisotto mit Basilikumöl .....	103
Seeteufel im Speckmantel mit in Portwein glasierten Linsen .....	104
Rotbarbenfilet mit Selleriepüree und glasierter Selleriestauden .....	105
Oktopus mit Crème Fraîche und Bratkartoffeln .....	106
Fischsalat mit Mango und Chili .....	107
Bruschetta mit Paprika und Acciughe .....	108
Gedämpfter Heilbutt mit Safransauce und Spinat mit Kapern .....	109
Gebratene Jakobsmuschel mit gedünsteten Bohnen und Radieschen .....	110
Garnelen Frittiert mit Tempurateig .....	111
Makrele in der Folie gegart .....	112
Schwertfisch mit Tomaten .....	113
<b>Kapitel 6: Asia-Gerichte .....</b>	<b>114</b>
Kartoffeln mit grünen Bohnen und Tamarinde .....	115
Asia Sichuan Hot Pot .....	116
Hühnercurry mit Erdnüssen .....	118
Euroasiatische Reisnudeln mit Kürbis und Blumenkohl .....	119
Frischer Thunfisch mit Papaya und Kresse .....	120
Malaysian Calamari mit Krabbenfüllung (sehr scharf) .....	122
Gebratenes Schweinsfilet mit Ananas und Glasnudeln .....	124
Garnelen mit Krabbenpaste und Kokosflocken .....	125
Soja-Nudeln mit mariniertem Entenbrust .....	126

<b>Kapitel 7: Vegetarisch</b>	<b>128</b>
Roter Linseneintopf mit Kokosmilch und Curry	129
Bauernbrot leicht gemacht	130
Kichererbsenhummus mit Fladen- oder Krustenbrot	131
Fladenbrot	132
Falafel	133
Kürbis, Kichererbsen und wilder Reis	134
Lauwarmer Gerstensalat mit Gemüse	135
Veggie-Burger mit Rohnen, Veggie-Burger mit Kartoffeln	136
Melanzane alla Parmigiana	138
Sellerieschnitzel auf Cremespinat	139
Bowl mit Allerlei	140
Nudelsalat mit Champignons, Tomaten, Paprika, Balsamicozwiebeln und Sesamsamen	141
Käsesticks mit Dip	142
Arancini mit Frühlingszwiebeln und Parmesan	143
Hirseauflauf mit Rhabarber und Erdbeeren	144
Gemüsestrudel mit Oliven und Kirschtomaten	145
Indisch gebratener Reis Tandoori	146
Frittierte Teigblätter mit Tomaten, Kichererbsen Oliven und Melanzane	148
Laktosefreies Topfensoufflé mit Zwetschgenrösti	149
Zwetschgenrösti	150
<b>Kapitel 8: Beilagen</b>	<b>151</b>
Ratatouille klassisch französisch	152
Polentasoufflé	153
Kartoffelkuchen mit Oliven und Rosmarin	154
Dauphinekartoffeln	155
Gebratene Kartoffelnocken	156
Mandelbällchen	157
Kartoffelpüree mit ausgelassenem Speck	158
Hefekrapferl mit Cumberlandsauce	159
Ofenkartoffeln mit Dip von der Paprika und Minze	160
Kartoffelrösti mit griechischem Joghurt	161
Weißer gekochter Spargel	162
Kartoffelgratin	163
Fluffiges Knoblauchbrot	164
Gratinierter Blumenkohl	165

<b>Kapitel 9: Desserts</b>	<b>166</b>
Schokoladensalami	167
Pannacotta mit Vanille und Granatapfelsauce	168
Hausgemachte Nuss-Nougat-Creme	169
Zitronen-Passionsfrucht-Dessert	170
Bayrische Creme mit Holunderblüten und weißer Kirschsause	171
Frische Erdbeeren mit Krokant und Schlagsahne	172
Birnentarte	173
Schokoladenmoussetorte	174
Tiramisu	175
Windbeutel mit Vanillecreme	176
Mille-Feuille mit Mascarpone und Fruchtsauce	177
Polsterzipfel	178
Lebkuchenmousse mit Amarenakirschen und Cognac	179
Schokoladentarte	180
Himbeertarte	181
Apfelhalbgefrorenes mit Zimt	182
Kastanienmousse mit Schokoladen-Karamellsauce	183
Hippen mit Haselnussfüllung	184
Heidelbeerhalbgefrorenes mit weißer Schokolade	185
Gewürzter Eierlikör mit Mango	186
Feuerzangenbowle	187
Pfirsichbellini	188
Apfel-Pisco-Sour	189
<b>Kapitel 10: Kuchen &amp; Kekse</b>	<b>190</b>
Sahneroulade	191
Schwarzwalder Kirschtorte	192
Vollkornnusskuchen mit Nougatcreme	193
Topfenkuchen	194
Schoko-Joghurt-Kuchen mit Waldfrüchten	195
Rotweingugelhupf	196
Schwarzpolentakuchen mit Preiselbeeren	197
Mohnstrudel	198
Faschingskrapfen	199
Kirschtorte	200
Butterkeks-Philadelphia-Karamellkuchen	201

Gedeckter Apfelkuchen . . . . .	202
Buchteln mit Marmelade . . . . .	203
Zwetschgenkuchen . . . . .	204
Schneespitzen . . . . .	205
Englische Buttertaler . . . . .	206
Französische Macarons . . . . .	207
Macadamia-Kekse . . . . .	208
Lebkuchen mit Mandeln . . . . .	209
Schokoladekekse mit Dolomitensalz . . . . .	210
Vanilleküsse . . . . .	211
Spitzherzen mit Hagebuttenkonfitüre . . . . .	212
Kolpings Weihnachts-Gewürzpraline . . . . .	213
Energiebällchen von Getrockneten Früchten und Nüssen . . . . .	214
<b>Kapitel 11: Teige &amp; Saucen . . . . .</b>	<b>215</b>
Nudelteig . . . . .	216
Pizzateig . . . . .	217
Spinatspätzle . . . . .	218
Tomatensauce . . . . .	219
Paprikapesto . . . . .	220
Mayonnaise . . . . .	221
Auslegeteig . . . . .	222
Teig für Crepes . . . . .	223
Weißweinsauce . . . . .	224
Jus (von allen Fleischsorten ) . . . . .	225
Béchamel . . . . .	226
Cumberlandsauce . . . . .	227