

**8 Warum vegan?**

**11 Vegan kochen leicht gemacht**

**12 REZEPTE**

**124 Register**

**126 Autorin**

12

## KALTE VORSPEISEN

12 Kräuterpralinen

14 Tatar mit Kräuteraufstrich

16 Caprese-Salat

18 Italienischer Salat

20 Kartoffelsalat

## SUPPEN

22 Frittatensuppe

24 Pressknödelsuppe

26 Gerstsuppe

28 Vegane Gulaschsuppe

30 Weißweinschaumsuppe

22

# 32

## W A R M E   S P E I S E N

- 32 Rohnenknödel
- 34 Schlutzkrapfen
- 36 Schritt für Schritt
- 38 Spargel mit Bozner Soße
- 40 Schupfnudeln mit Lauch
- 42 Schritt für Schritt
- 44 Omas Tirtlan
- 46 Schritt für Schritt
- 48 Spätzln mit Röstzwiebeln
- 50 Gnocchi mit Basilikumpesto
- 52 Schritt für Schritt
- 54 Lasagne
- 56 Schritt für Schritt
- 58 Polenta mit Pilzen
- 60 Erdäpfelblattln mit Sauerkraut
- 62 Schritt für Schritt
- 64 Hirtenmaccheroni
- 66 Kürbisrisotto
- 68 Kartoffelpuffer mit Apfelmus
- 70 Veganes Schnitzel Wiener Art
- 72 Schritt für Schritt
- 74 Linsenlaibchen mit Kartoffelpüree
- 76 Pilzgeschnetzeltes
- 78 Pizza Margherita

# 80

## D E S S E R T S   &   K U C H E N

- 80 Apfelstrudel
- 82 Buchteln mit Vanillesoße
- 84 Apfelkiachl
- 86 Himbeer-Joghurt-Mousse
- 88 Kaiserschmarren
- 90 Kniakiachl
- 92 Schritt für Schritt
- 94 Marillenknödel
- 96 Schritt für Schritt
- 98 Omas süße Krapfen
- 100 Schritt für Schritt
- 102 Tiramisu
- 104 Schritt für Schritt
- 106 Buchweizentorte
- 108 Marmorkuchen
- 110 Zwetschgen-Nuss-Kuchen
- 112 Schwarzwälder Kirschtorte
- 114 Apfel-Streusel-Kuchen
- 116 Linzer Schnitten
- 118 Spitzbuben
- 120 Vanillekipferln
- 122 Kokosbusserln