

INHALT

Einleitung und Begrüßung 12
Vorwort von Holger Stromberg 15

ESSENTIALS ZUR BUCHANWENDUNG 16

Das Nummerierungssystem: Wie die Rezepte
aufgebaut sind 16
Kategorisierung der Gerichte und Menüfolge 18
Beispiel für ein 7-Gang-Menü 18
Menü-Tabellen mit Beispielen 20
Maßeinheiten 23
Mengen und Kochzeit 23
Plating und dazugehörige Videos 24

BASISTHEORIE ZUR FEINEN VEGANEN KÜCHE 27

Geschmack und Optik auf Augenhöhe 27
Vorurteile und Kritik 27
Produktqualität und Produktauswahl bei veganer
Kochkunst 28
Sättigung, Nährstoffe und Glücklichsein 29

WAS MACHT HERVORRAGENDE KÜCHE AUS? 31

Abschmecken und Geschmack 31
Temperaturen 35
Konsistenzen und Vielfalt 36
Röstaromen 36
Kochtechniken 37
Schneide- und Schnitttechnik 41
Besondere Lebensmittel im Buch, die sich lohnen 42
Saisonalität = Qualität 44
Frische Kräuter 45
Fermentation – Aufbrechen der Saisons 46
Deko und Blüten 46
Das Geheimnis des Anrichtens 48
Geschirr 49
Menge auf dem Teller 49
Plating von Saucen und Pürees 50
Optik, Linien und Stückzahlen 52

KÜCHENUTENSILIEN DER FEINEN KÜCHE 53

WEIN UND PAIRING 57

Wie wird Wein hergestellt? 57
What grows together, goes together 58
Qualität 59

VEGANE KÜCHE IN DER GASTRONOMIE 61

FRÜHLING

Kohlrabi 66
Spargel 68
Bärlauch 70
Rhabarber 72
Radieschen 74

Koji-Kohlrabi-Filet mit
Kohlrabi à la Crème,
Spargelvinaigrette und
Haselnuss 76

Bärlauch-Spargel-Goreng
mit frittierten Spargel-
spitzen und Bete-Ketjap-
Manis 80

Radieschen-Kaltschale
mit Birnensalsa und
fermentiertem Kräuter-
frischkäse 84

Gereifter Kohlrabi-
tower mit Mandelricotta,
Kräutersalat, Joghurtsauce
und Rauchöl 88

Dashi-Sülze mit sautierten
Kümmelkartoffeln und
geschäumter Lauch-
Velouté 92

Mangold-Grünkern-
Päckchen mit Kräutermuffin,
dazu Tomatenschaum und
Cashew-Sourcream 96

Gebratener Pak Choi
mit Gochujang-Orangen-
Sauce, Sushireis und
Radieschenkimchi 100

Pfannkuchensuppe mit
Sellerieessenz 104

Geschmarter Knollen-
sellerie mit Grünkohl,
Portweinjus und Getreide,
dazu Apfel-Stauden-
sellerie-Tatar 108

Gegrillte Kartoffelschnitte
mit Topinambur, einer
Senf-Kapern-Sauce und
Birnen-Junglauch-Salsa
112

Mille-feuille mit Vanille-
buttercreme und Erdbeer-
sorbet 116

Mandel &
Rhabarber 120

SOMMER

Tomaten 126
Brokkoli 128
Zucchini 130
Erbsen 132
Radicchio 134

Ajolblanco mit gedörrten
Trauben, geräuchertem
Mandelricotta und
Chiliöl 136

Gulasch-Wantan
mit Gulaschessenz und
Paprikakartoffeln 140

Kartoffelkäse mit
Paprikajus, Jakobsseitling
und Sommergarten 144

Die Bouillabaisse 148

Brokkoli
mit Vin Jaune 152

Geschmorter Fenchel mit
Paprika-Haselnuss-Schaum,
Rote-Linsen-Graupen
und Tomaten-Basilikum-
Salat 155

Gebackene Paprika-
roulade mit Röstkartoffeln,
rauchiger Kirschtomaten-
creme und gepickelten
roten Zwiebeln 158

Geschmorter Kurkuma-
Blumenkohl mit Karotten-
Linsen-Stampf, Tahinsalsa
und Korianderöl 162

Falafelteller Spezial
168

Geschmorte Bete mit
Sauce Rouille und Wildem
Brokkoli 172

Kokos-Milchreis mit
Mango-Maracuja-Gel
und Koriandergranité
175

Vanilleschnitte mit
Himbeer-Kokos-Sauce
und Basilikum-Limetten-
Sorbet 178

HERBST

Paprika 184
Lauch 186
Fenchel 188
Pilze 190
Zwiebel 192

Wirsingbonbon mit
Bouillabaisse-Jus 194

Tuna-Bete-Tatar mit
Orangen-Tahini-Eis,
Gomasio und Dillmayo
198

Agnolotti mit Sauerbraten-
ragout und Preiselbeer-
Beurre-blanc 202

Koji-Blumenkohl mit
Calvados-Velouté,
Umamibröseln und
Gremolata 206

Butter-Brioche mit Pastete,
Reherl, Portweinkaviar und
Pickles 210

Schwarzes Venere-Risotto
mit Wildem Brokkoli,
Miso-Haselnüssen und
Ingwerschaum 214

Gebackene Farinata mit
Orangen-Chili-Schaum,
Kürbis und smokey
Mayonnaise 218

Fermentierte Gazpacho
und Brioche mit
Basilikum-Mayonnaise
und Rauchöl 222

Lila Urkarotte mit
Karottenbutterreduktion
und Blumenkohl-Miso-
Püree 226

Rote-Bete-Gnocchi
mit Meerrettichsauce,
Gelbe-Bete-Chips und
Dillöl 230

Gewürz-Sponge mit
weißem Schoko-Sellerie-
Eis, Blaubeerragout
und salzigen Karamell-
mandeln 234

Crumble-Brioche mit
Pfirsichröster, weißer
Mousse und Pfirsich-
Paprika-Sauce 238

WINTER

Wirsing 244
Pak Choi 246
Sellerie 248
Kartoffeln 250
Karotten 252

Shrooms-Ravioli
mit Jus de Mer 254

In Salz gebackene Bete
mit Kräutersalat, Apfel-
Schalotten-Vinaigrette
und Cashew-Kimchi-
Creme 258

Kartoffelgerät mit Kräuter-
Bohnenpüree, Portweinjus
und Bete-Rose 262

Rotkohlpüree mit
Bitterknospen und
Zimtmandeln 266

Geräuchertes Sellerie-Filet
mit Zwiebel-Kümmel-Jus,
Cranberrycreme und
Selleriesalat 270

Wirsingrolle mit Rotkraut-
Haselnuss-Creme und
Basilikumemulsion 274

Kohlroulade mit Kartoffel-
Petersilienwurzel-Püree,
Schwarzwurzelragout und
Sauce bordelaise 278

Gegrillte Süßkartoffel
mit Blaukrautjus,
Roter Linsencreme und
Schnittlauch-Zitronen-
Mayonnaise 282

Geschmorter Maronen-
riegel mit Rosenkohl und
Wild-Jus 286

Walnuss-Pilz-Braten mit
Sauce Robert, Wirsing
à la crème und Karotten-
gnocchi 292

Heiße Liebe: Biskuit
mit Miso-Eis, Haselnuss-
Crumble und heißer
Himbeerjus 296

Baba-Brioche mit Karda-
momcreme, Zitrussalat
und eingelegten Kiefern-
zapfen 300

BASISREZEPTE

TEIGE 308

Don Brioche 308

Pastateig 311

SAUCEN, JUS & BRÜHEN 312

Blaukrautjus 312

Lauch-Velouté 314

Bouillabaisse-Jus 315

Copien's Demi Glace 316

Wild-Jus 318

Sauce Robert 319

Zwiebel-Kümmel-Jus 320

Portweinjus 322

Senf-Kapern-Sauce mit Lauchöl 323

Gulaschessenz 324

Paprikajus 326

Meerrettichsauce 327

Gochujang-Orangen-Sauce 328

Bete-Ketjap-Manis-Sauce 329

Karottenbutterreduktion 330

Sauce Rouille 332

Vin-Jaune-Sauce 333

Tomatenschaum 334

Ingwerschaum 335

Calvados-Velouté 336

Paprika-Pfirsich-Sauce 337

Rhabarberjus 338

Himbeerjus 339

Kochsahne 340

Umamibrühe/Gemüsebrühe 340

DRESSINGS, ÖLE & MAYONNAISE 342

Apfel-Schalotten-Vinaigrette 342

Spargelvinaigrette 343

Rauchöl 344

Grünes Kräuteröl 345

Knusper-Chiliöl 346

Mayonnaise 347

EINGELEGTES UND FERMENTIERTES 348

Süße Kiefernzapfen 348

Senfkaviar 349

Gemüsepickle 350

Fermentierter Mandelricotta 352

Fermentierter Cashew-Frischkäse 354

VERSCHIEDENE BASISREZEPTE 356

Gepuffter Buchweizen 356

Vanille-Buttercreme 357

Chickensalz 358

Gemüsechips 358

DAS TEAM 360