

# INHALT

4	Zeit, Hingabe und eine Prise Liebe <b>Vorwort Heiko Nieder</b>
8	Klein, fein und unkompliziert zu essen <b>Apéro riche</b>
70	Heiko Nieder — Koch und Gastgeber <b>Vorspeisen</b>
126	Gute Vorbereitung ist die halbe Einladung <b>Hauptgerichte</b>
202	Die Kunst des perfekten Geschmacks <b>Desserts</b>
240	Von zu Hause ins <i>Dolder</i> und zurück <b>Grundrezepte</b>
262	<b>Wer ist Heiko Nieder?</b>
266	Dankeschön
270	Rezeptregister

# REZEPTREGISTER

## A

Algenbutter 66  
Amelies »Bienenstich« 226  
Apfel-»Tarte« mit Schildampfer-Sorbet 205  
Arme Ritter 91  
Austern mit Lardo di Colonnata und rosa Pfefferbeeren 34  
Avocado mit Gurke, Melone und Wasabi 74  
Avocado-Sandwich mit Gurke und Frischkäse 32

## B

Backhendl mit Kartoffel-Gurken-Salat und Kürbiskernöl-Schaum 161  
Beef-Ribs mit Sauerkraut-und Jalapeños 48  
Beef Tea mit Kaviar und Crème fraîche 105  
Bergbohnen-Falafel mit Linsen, Ducca und Minze 15  
Beurre blanc 256  
Blumenkohl »polnisch« 45  
Bratbutter 253  
Brioche 63  
Bucheckernbrot 58  
Burratina mit Tomate, Wassermelone, Sesam und Kimchi-Dressing 87

## C

Carpaccio-Rolls mit Foie gras und schwarzer Trüffel 50  
Champagnersüppchen mit Saibling und Portulak 119  
Chawanmushi, das Original 254  
Chawanmushi, veganes, mit Erbsen, Meeresgrün und Kaviar des Feldes 111  
Consommé (Rind) 249

## D

Das 30-Minuten-Ei 105  
DER Gemüsefond, ganz einfach 246  
Dorade mit Muscheln, Olivenöl, grünen Oliven und Kapern 149  
Duroc-Schwein mit Mais-»Ribs« und Fajita-Gewürz 167

## E

Eigelbsauce 250  
Eingelegte Senfkörner 257  
Eingelegtes Gemüse 256  
Ente mit Rotkraut, Roter Bete und Lakritz 177  
Entenjus 249  
Entrecôte mit Bohne, Speck und Sauce Béarnaise 189  
Erdbeeren mit Yuzu-Pfeffer, Vanille-Miso und Zitronensorbet 221

## F

Fischfond 248  
»Fischfrikadellen«-Sandwich 25  
Flammkuchen mit Belper Knolle, Kresse und Schnittlauch 23  
Foie gras und Kalbsmilken »Rossini« 181  
French Dressing 260  
Früchtebrot 54

## G

Garnelen mit grünem Curry 138  
Garnelen mit Mango, Meeresgrün und Vadouvan 81  
Gartenfrüchte mit Olivenöl, Balsamico und Erdbeersorbet 208  
Gartensalat mit eingelegtem Gemüse und Wasabi-Dressing 73  
Geflügelfond 250

Gefüllte Morchel mit Romanasalat, Meerrettich und Emmentaler 134  
Gemüsejus 248  
Green »Tatar« 92  
Grüner Spargel mit Pata Negra, Hüttenkäse und Basilikum 95  
Gurken-Melonen-Gazpacho mit Jalapeño und Basilikum 12

## H

Hamachi mit Yuzukoshō, Gurke und Shiso 96  
Heidelbeer-Tarte mit Joghurteis 224  
Huhn mit Miso, grünem Curry, Koriander und Ingwer 164  
Hummer mit weißem Spargel, Sauce Hollandaise und Dill 106

## J

Jakobsmuscheln mit Miso, Kombu und Trüffel 120

## K

Kalbsfilet mit Pommes dauphine, Salat und Kräutern 172  
Kalbsfrikassee mit Steinpilzen 168  
Kalbsjus 251  
Kaninchen mit grüner Saat-Vinaigrette und Senf 82  
Kartoffelschaum 259  
»Kohlroulade« in Reispapier mit Räuchertofu 129  
Kokosnuss-»Cheesecake« mit Himbeeren, Pistazien und Matcha 211  
Kräuteröl 253  
Kürbis mit Kokosnuss, Kurkuma und Macadamianüssen 126

## L

Lachs-Buchweizen-»Torte« 85  
Lachs mit Yuzu-Beurre-blanc 141  
Limettenöl-Marinade 261  
Lisas Tofu 131

## M

Mayonnaise 259  
Miso-»Bouillabaisse« 144  
Mürbeteig 261

## N

(N)espresso-Martini-Tiramisu 229

## O

Ochsenbacke mit Roter Bete,  
Schwarzkümmel und Kirschbier 197  
Olivenölsauce 253  
Oliven-Vinaigrette 260

## P

Piña-Colada-Tartelettes 212

## R

Reh mit eingelegten Kaki und Preisel-  
beeren, rotem Yuzukoshō und Dill 185  
Rib-Eye-Steak mit Bärlauch,  
roter Mojo-Sauce und schwarzem  
Knoblauch 192  
Rice-Sticks 16  
Rotbarbe mit roten Linsen,  
Melone und Minze 153  
Rote Bete mit Holunder, Birne  
und Purple Curry 132

## S

Schlemmerschnitte 114  
Schokoladen-Moelleux mit Amarula,  
Miso-Karamell und Banane 217  
Schwarzbrot 57  
»Schweinebraten«-Nuggets 47  
Shrimps-Cocktail-Sandwich 33  
Sonnenblumenkernbrot 59  
Spicy-Pork-Sandwich 28  
Spring-Rolls mit Pastrami, Cheddar  
und eingelegten Zwiebeln 42  
Steinbutt und Foie gras mit  
Fenchel, Apfel und Süßholz 158  
Sushi-Essig und darin eingelegte rote  
Peperoncini 257

## T

Thunfisch mit Reis, Miso, Eigelb,  
Wasabi und Frühlingszwiebel 112  
Tomaten-Erdbeer-Salat mit Peperoncini  
und Kürbiskernen 77  
Tomaten-Mango-Salat mit Rinderfilet  
und schwarzem Pfeffer 102

## V

Vanille-Läuterzucker 261  
Vichyssoise 101

## W

Wagyu-Meatballs mit Chili  
und Koriander 41  
Wasabi-Dressing 257  
Wildjus 252

## Z

Zander-»Capuns« mit Blanc-de-Noirs-  
Schaum und Meerforellenrogen 154  
Zitronen-Quark-Soufflé mit Vanilleeis  
und Matcha 232