

# INHALTSVERZEICHNIS

<b>Einleitung .....</b>	<b>7</b>	<b>EINGELEGTES GEMÜSE UND OBST .....</b>	<b>37</b>
<b>SOSSEN UND CHUTNEYS. BUTTER UND AUFSTRICHE .....</b>	<b>13</b>	Fermentierter Knoblauch mit Honig .....	38
Grüne Soße .....	14	Pickles aus violettem Blumenkohl .....	40
Salsa verde aus grünen Tomaten .....	16	Jungzwiebeln in Salzlake .....	42
Ketchup aus Roter Bete .....	18	Pflaumen in Salzsirup .....	44
Barbecue-Soße mit Kirschen .....	20	Kimchi mit Brennesseln oder Mangold .....	46
Aioli ohne Ei .....	22	Orangenschalen mit grünem Pfeffer .....	48
Brennesselbutter mit grobem Salz .....	24		
Artischockenaufstrich mit eingekochter Zitrone .....	26		
Püree oder Mus aus Nüssen und Ölsaaten .....	28		
Süß Aufstrich-Paste aus Sonnenblumenkernen .....	30		
Ghee .....	32		
Äthiopische Würzbutter Ni'tir qibe .....	34		

**KULINARISCHE AKZENTSETZER  
ZUM ABSCHMECKEN ..... 51**

- Senf mit Honig und Gewürzen ..... 52  
Ingwer in Essig ..... 54  
Kapern aus Kapuzinerkressesamen ..... 56  
Mexikanische Minigurken ... 58  
Getrocknete Zwiebeln mit Paprika ..... 60  
Eingelegte Zitronen mit Wacholderbeeren ..... 62  
Kokosmilch-Eiswürfel mit Safran ..... 64  
Grüne Curtypaste ..... 66  
Ingwerpüree ..... 68

**FLÜSSIGE  
WÜRZMISCHUNGEN ..... 71**

- Grünes Öl mit Brennesseln ..... 72  
Chili-Öl ..... 74  
Scharfes Öl ..... 76  
Fermentierter & in Öl eingelegter Knoblauch ..... 78  
Sirup aus Erdbeeren und Tomaten ..... 80  
Monarda-Essig ..... 82  
Essig mit Erdbeeraroma ..... 84  
Fermentierte Soße mit Kaffeesatz ..... 86  
Geflügelbrühe ..... 88  
Umami-Soße ..... 90

**TROCKENE  
WÜRZMISCHUNGEN ..... 93**

- Aromatisiertes Salz ..... 94  
Schwarzes russisches Salz ... 96  
Hausgemachtes Paprikapulver ..... 98  
Würzmischung aus Karottenkraut & Kornblumenblüten ..... 100  
„Safran“ aus Tagetesblüten ..... 102  
Salbeipulver ..... 104  
Hausgemachter Vanillezucker ..... 106  
Vanilleextrakt ..... 108  
Vanillesirup mit Tonkabohne ..... 110

Alphabetisches  
Verzeichnis der Rezepte .... 112