

Vorwort	6
 Appetizer – klein aber fein	9
Genaueres Arbeiten	9
Gepflegtes Anrichten	9
Essen ohne Reue durch	
gesunde Lebensmittel	10
Jahreszeitliche Lebensmittelauswahl	10
Appetizer für viele Anlässe	11
Appetizer brauchen Gesellschaft	13
Johannisbeersekt	14
Sekt-Espuma	14
Fliedersirup	14
Holunderblütensirup	15
Zitronenmelissensirup	15
Apfelminzesirup	15
Rhabarbersirup	16
Pfirsichnektar	16
Birnennektar	16
 Klein, aber fein	
Garnierte Minibrötchen	19
 Kräutercreme auf Vollkornbrot garniert	20
Meerrettichpralinen	23
Rohschinkenröllchen auf Vollkornbrot	24
Fischburger auf knusprigem Brot	25
Knoblauchsalami-Brötchen	26
Kleine Kartoffelstangen	
mit Erdbeer-Sellerie-Chutney	29
Pikantes Käsegebäck	30

Gemüseburger auf Tomaten	31
Walnussbaguette mit Ziegenfrischkäse	33
Salami-Frischkäse-Häppchen	34
Polentataler mit Kalbsleberwurst	35
Käseklößchen auf pikantem Cracker	36
Gefüllte Goudaperlen	39

In Hülle und Fülle

Terrinen, Spieße und Co	41
Gemüseterrine mit Kräuter-Riesling-Gelee	42
Bunte Gemüsepralinen	44
Räucherforelle-Apfel-Sülzchen	45
Kirschensülzchen mit gebratener Hühnerleber	46
Süß-pikante Herzchenspieße	49
Fleischpastetchen	50
Limetten-Kräuter-Sülzchen mit Radieschenvinaigrette	51
Geräucherte Lachsforelle auf gebratenen Gurkenscheiben	52
Dinkel-Fleischbällchen am Spieß mit Sesam	55
Glänzende Karottenröllchen	56
Bärlauchröllchen	57
Buttermilch-Espuma mit Minze	58
Preiselbeer-Meerrettich-Terrine mit Rotweingelee	61

Löffelweise

Auf den Teller	63
Garnierte Räucherforellenrosetten	64
Zander im Salatblatt mit Honiggemüse	66
Hähnchenwürfel auf Aprikosencreme	67
Dressierte Erbsencreme	68
Gewürzter Stangensellerie auf Erdbeer-Rhabarber-Ragout	71
Gemüsepolenta im Rotkohlblatt auf Käsecreme	72
Curry-Frischkäsebällchen auf Rotweinrosinen	73
Gebackene Käseknödel auf Fruchtmus	75

Warm und bunt

Mild und pikant	77
Frittatas-Mix	78
Weißkohl-Pizza-Schnecken	80
Spinat-Schafkäse-Strudel auf roter Kräutersahne	81
Abwechslungsreiche Miniquiches	82
Rehmedaillons mit Fichtenspitzensirup auf Preiselbeerpolenta	85
Blütenomelett	86
Polentapizza	88
Gefüllte Fischstrudelpäckchen auf Basilikum- und Preiselbeersahne	89
Hühnerleberrouladen auf Beerenmix	91
Filos mit Spinat und Fetakäse	92
Gemüselasagne im Glas	94

Register	95
----------------	----