

Inhaltsverzeichnis

Einleitung	7
Geschichte	8
Traditionelle Senfherstellung	15
Würzen und Kochen mit Senf	21
Die Rezepte der Niedersächsischen LandFrauen	27
Suppen Vorspeisen	28
Salate	40
Snacks	52
Hauptgerichte	64
Senf kreativ	82
Desserts	96
LandFrauen in Niedersachsen.....	106
Nachhaltigkeit und Esskultur – die Philosophie der Senfmühle Einbeck	107