

INHALTSVERZEICHNIS

VORWORT

S. 10

MENÜ 1

SOMMERLICHE GENIESSE

(GLUTENFREI FÜR ACHT PERSONEN)

Kaltes Melonensüppchen mit rosa Grapefruit und Minze

Mango-Kokos-Curry an Basmatireis

Rhabarber-Mascarpone-Creme

S. 14

MENÜ 2

BESTE FREUNDE

(FÜR SECHS PERSONEN)

Gratinerter Ziegenkäse auf Rucola

Chicorée in Honigrahm mit Kartoffeln

Cranberry-Apfel-Tarte mit Vanillesauce

S. 22

MENÜ 3

CHEFIN MIT GESCHÄFTSFREUNDEN
(FÜR SECHS PERSONEN)

- Randensalat (Rote-Beete-Salat) mit Birnen und Walnüssen
Artischockenlasagne mit Champignons
Portweinpflaumendessert
S. 30

MENÜ 4

DIE NEUE LIEBE
(FÜR ZWEI PERSONEN)

- Zucchiniröllchen
Tagliolini mit Pfifferlingen und Tomaten
Aprikosentörtchen
S. 38

MENÜ 5

FREUNDE VON FRÜHER
(FÜR ACHT PERSONEN)

- Panierte Auberginen mit rotem Hummus
Seitan-Geschnetzeltes mit Pilzen und Semmelknödeln
Sauerrahmparfait an Kirschconfit
S. 46

MENÜ 6

FREUNDE INTERNATIONAL
(FÜR SIEBEN PERSONEN)

- Petersilienwurzelsuppe
Spinatstrudel mit Avocadosalat
Buttermilchtafel mit Haselnusseis
S. 56

MENÜ 7

FREUNDE MIT KINDERN
(FÜR FÜNF ERWACHSENE UND VIER KINDER)

- Toast Claudette
Gemüseläibchen mit Reismäusen
Kekskrümelcreme mit Erdbeeren
S. 66

MENÜ 8

VERWÖHNT VERWANDTE
(FÜR ACHT PERSONEN)

- Rotkohlrägout im Glas
Älplermagronen mit Apfelmus und Nüsslisalat
Schokomandeltorte mit Vanilleeis
S. 74

MENÜ 9

AFTER-WORK-DINNER
(FÜR FÜNF PERSONEN)

- Limetten-Avocado-Mousse
Spaghetti tris di pomodoro
Feigen-Pflaumen-Gratin
S. 82

MENÜ 10
NETTE NACHBARN
(FÜR VIER PERSONEN)

- Maiscurrysuppe mit Shiitakepilzen
Spaghettini mit Spargel-Pistazien-Pesto
Brombeerpie mit Grünteeeis
S. 90

MENÜ 11
VEGANE FREUNDE
(FÜR VIER PERSONEN)

- Maronen-Steinpilz-Suppe
Dinkelrisotto mit Kürbis und gerösteten Cashewkernen
Crème brûlée an Orangen-Mango-Sauce
S. 98

MENÜ 12
ALLERGISCHE FREUNDE
(LAKTOSE- UND GLUTENFREI FÜR SECHS PERSONEN)

- La Sandrine - Schichtsalat mit Linsen und Avocado
Spargel-Tofu-Frikassee mit grünem Curry
Marzipandatteln mit Pistazieneis
S. 106

MENÜ 13
REIZENDE KOLLEGEN
(FÜR ACHT PERSONEN)

- Auberginenauflauf
Ziegenkäsegnocchi an grünem Sommergemüse
Mascarpone-Joghurt-Creme mit Himbeeren
S. 114

MENÜ 14
FREUNDE AUF DIÄT
(GLUTENFREI FÜR VIER PERSONEN)

- Rote-Linsen-Suppe mit Estragon
Grünes Spargelgratin mit Sesamkartoffeln
Magerquark mit Feigen, Birnen und Granatapfelsamen
S. 122

MENÜ 15
KRANKE FREUNDE
(FÜR VIER PERSONEN)

- Karottensuppe mit Ingwer
Polenta-Taler auf Tomatenconfit
Apfelmus mit Vanillesauce
S. 130

MENÜ 16
DER FILMABEND
(FÜR VIER PERSONEN)

- Tofusticks an mariniertem Kürbis
Süßkartoffelquiche mit zweierlei Dips
Mangoreis mit Kokosmilchcreme
S. 138

MENÜ 17

DAS ABSCHIEDSESSEN

(LAKTOSE- UND GLUTENFREI FÜR SECHS PERSONEN)

Spinat-Kokosmilch-Suppe

Couscous mit Datteln und Pinienkernen

Orangen-Mandel-Küchlein

S. 148

MENÜ 18

WOHLIGER WINTERABEND

(FÜR SECHS PERSONEN)

Radicchio-Radieschen-Salat

Winterlicher Gemüsetopf mit Rosmarinrösti

Zwetschgenknödel mit Zimtbröseln

S. 156

MENÜ 19

DIE KARTENSPIELER

(FÜR VIER PERSONEN)

Kartoffelsalat auf Schwarzbrot

Panierte Randen (Rote Beete)-Reisbällchen mit Meerrettichrahm

Portugiesische Puddingtörtchen

S. 164

MENÜ 20

FAMILIE FESTLICH

(FÜR SECHS PERSONEN)

Randenconsommé (Rote-Beete-Consommé) mit Kirschen

Kartoffelrolle an Pflaumen-Tomaten-Gemüse

Karamell-Birnen-Sauerrahm-Tarte

S. 172

MENÜ 21

VEGETARIAN DINNER PARTY

(FÜR ZWANZIG PERSONEN)

Kartoffelcurrysuppe

Linsenfalafel mit Hummus, Auberginenauflauf und Spinatstrudel

Tarte Lola, Tiramisu und Obstsalat

S. 180

REGISTER

S. 188

GLOSSAR

S. 189

DANK

S. 190

AUTORIN

S. 190