

Inhalt

Über den Autor	9
Vorwort	10
Zum Gebrauch dieses Buches	11
Kücheneinrichtung	12
Budget	15
Einkaufen	18
Menüplanung	21
Mengenangaben	23
Sauberkeit in der Küche	26
Tipps und Tricks	29

Rezepte:

Hauptgerichte	30		
Spaghetti mit Bolognese	31	Wurstgulasch	47
Käsesoße	32	Kartoffelgulasch	48
Hack-Champignon-Soße	33	Ratatouille alla Laura	50
Pilzsoße	34	Bori Bori (Fleischküchle)	51
Lachs-Sahne-Soße	35	Chinesische Reispfanne	52
Tomatensoße	36	Jambalaja	54
Italienische Tomatensoße	37	Pfannkuchen	55
Schinkennudeln	38	Kaiserschmarrn	56
Putengeschnetzeltes	39	Milchreis mit Kirschen	57
Gockel "Ratz Fatz"	40	Minestrone	58
Jägertopf Hubertus	42	Eintopf	60
Chili con carne	43	Käsespätzle	61
Boef Stroganoff	44	Linseneintopf	62
Ungarisches Gulasch	45	Lagerpizza	63
Nyamba yeNguruve neNyemba	46	Stockbrot	64
Gemüse	65		
Erbsen und Möhrchen	66		
Blumenkohl und Broccoli	68		

Pfannengemüse	69		
Succotash	70		
Gemüse, karibisch	71		
Gemüse mit Pesto	72		
 Nachtisch	 73		
Popkorn	74		
Puddingschlacht	75		
Obstsalat	76		
 Frühstück	 77		
Getränke	78		
Kakaogrundrezept	79	Beeren-Punsch	81
Traubentee	79	Melonenbowle	82
Kinderbowle	80	Kleiner Giftzwerge	82
Tee-Bowle	80	Saure Hexe	82
Kindersangria	81		
 Beilagen	 84		
Grundrezept Nudeln	85		
Grundrezept Reis	86		
Grundrezept Kartoffeln	87		
Pellkartoffeln	87		
Brot	88		
Brot im Blumentopf	89		
Blumentöpfe als Backform	90		
 Salate und Kaltes Buffet	 92		
Kopfsalat	93		
Gurkensalat	94		
Kartoffelsalat	95		
Wurstsalat ohne Mayo	96		

Schmetterlingssalat	98
Tomatensalat mit Mozzarella	99
Gemüse-Fleisch-Salat	100
Käse-Salami-Salat	101
Griechischer Bauernsalat	102
Pesto-Vinaigrette	103
Mozzarella-Spieße	104
Tortellini-Spieße	105
Mozzarella- Päckchen	106
Putenwürfel	107
Fleischkäseröllchen	108
Spargelröllchen	109
Frischkäsehäppchen	110
Gefüllte Champignons	111
Käsespießchen	112
Eingelegter Feta mit Knobi	113
Eingelegter Feta mit Oliven	114
Rohkostplatte	116
... und Dips dazu	117
Honigkuchen-Grundrezept	118
 Brotaufstriche	120
Obatzter	121
Käsecreme	122
Eier-Tomaten-Aufstrich	123
Schinkenaufstrich	124
 Ausklang	125