

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

Pfannengemüse	69
Succotash	70
Gemüse, karibisch	71
Gemüse mit Pesto	72
Nachtsch	73
Popkorn	74
Puddingschlacht	75
Obstsalat	76
Frühstück	77
Getränke	78
Kakaogrundrezept	79
Traubentee	79
Kinderbowle	80
Tee-Bowle	80
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 Knobli	113
Eingelegter Feta mit Oliven	114
Rohkostplatte	116
... und Dips dazu	117
Honigkuchen-Grundrezept	118
Brottaufstriche	120
Obatzter	121
Käsecreme	122
Eier-Tomaten-Aufstrich	123
Schinkenaufstrich	124
Ausklang	125