

# INHALT

Wie es dazu kam	6
Vorwort Prof. Dr. Einsele	7
Hygiene- und Zubereitungstipps	8

## *Suppen*

Sellerie-Suppe	14
Kartoffel-Lauch-Suppe	15
Karotten-Paprika-Suppe	16
Gemüse-Suppe	17
Zucchini-Crèmesuppe	18
Tomatensuppe	19
Paprika-Suppe mit Garnelen	21
Nudelsuppe	22
Tortellini in Brühe	23

## *Salate*

Kartoffel-Gurken-Salat	24
Kartoffelsalat	26
Käse-Wurstsalat	27
Karottensalat mit Apfel	29

## *Reis und Pasta*

Risotto mit kleinen Gemüsen	30
Spaghetti mit kleinen Gemüsen	32
Spaghetti und Tomatensoße	33
Lasagne	35
Linguine mit Pfifferlingen	36
Bandnudeln mit Hühnchen-Würfeln	37
Spaghetti bolognese	38
Spaghetti mit Garnelen	39
Paglia e fieno	40
Gurkeintopf mit Reis	42
Gefüllte Paprika mit Reis	43
Gebratene Gnocchi mit Pilzen	44
Schinkennudeln	45

## *Fisch*

Wolfsbarsch mit Fenchelgemüse	46
Dorade in der Salzkruste	48
Kabeljau auf einem Linsenbett	49
Kabeljau mit Pfifferlingen	51
Gekräuterter Saibling auf Kartoffeln	52
Zanderfilet mit Orangen-Fenchel-Gemüse	53

## *Fleisch*

Champignon-Schnitzel	54
Rumpsteak mit Kartoffelspalten	55
Sommerspieße	56
Hase in Malzbier	58
Hackbraten mit Kartoffelmus	59
Rouladen	61
Bohneneintopf mit Pute	62
Chili con Carne	63

## *Vegetarisch*

Gemüsepfanne	64
Kartoffelpuffer mit Apfelmus	65
Cannelloni	
mit Spinat-Ricotta-Füllung	65
Kartoffelgulasch	67
Gefüllte Zucchini	69
Blumenkohl mit weißer Soße	70
Ratatouille	71

## *Beilagen*

Kartoffelmus	72
Klöße nach Oma Marlies´ Art	73
Zucchini-Spalten	74
Zuccinicreme	75
Geschmorter Chicorée	76
Sellerie-Püree	77
Spargel mit Nussbutter	78
Maisplätzchen	79
Djuvec-Reis	79
Wirsing	80
Rotkohl	81

## *Dessert*

Rote Grütze	82
Crêpes	83
Kostformen	84
Lebensmittelliste	85