

# Inhalt

<b>Vorwort</b>	6
<b>Was passiert im Teig?</b>	10
<b>Zutaten</b>	12
<b>Über die Rezepte</b>	16
<b>Rezepte</b>	
Schornsteinfeger	21
Ballaststoffbrötchen	23
Kürbismarmelade mit Zitrone und Ingwer	25
Sirupbrot	26
Rosinenbrötchen	29
Kerniges Knäckebrot	30
Rustikales Brot	33
Leberpastete	34
Kartoffelbrot mit Gojibeeren	37
Karottenbrot aus der Form	38
Wildhefe	41
Sauerteigbrot	42
Leinsamenbrötchen	45
Früchte-Nuss-Brot	46
Gratinierte Birnen mit Blauschimmelkäse	49
Däne	50
Fleischbällchen	53
Rote-Bete-Salat	53
Weihnachtsbrot	54
Außergewöhnliches Weihnachtsbrot	56
Sonnenblumenkernbrötchen	59
Sultan	60
Rustikale Brötchen	63
Dünnes Fladenbrot	64
Kellerbrötchen	67
Steak-Sandwich	68
Haferknäckebrot	71
Maisbrötchen	72
Tortillas	75
Cremige schwarze Bohnen	76
Tacofüllung aus Hackfleisch	76
Hafercookies	80
Samenbrötchen	82
Buchweizenbrötchen	85
Picknickbrötchen mit Hähnchen und Bacon	86
Baguette	89
Schoko-Nuss-Creme	90
Toastbrot	93
Sandwich-Torte	94
Sandwich-Törtchen	97
Croissants	98
Pflaumenmarmelade	103
Kirschmarmelade	104
Chickenwraps	107
Lemon Curd	108
Kleine Butterbrötchen	111
Scones	114
Schwarze Johannisbeermarmelade	114
Hamburgerbrötchen	117
Frikadellen	118
Sauce Béarnaise	120
Mayonnaise	121
Pizza	122
Tomatensauce	122
Dillbrötchen	127
Preiselbeerbrot	128
Weißer Bohnencreme	131
Pfifferling-Sandwich	132
Apfelmarmelade mit Kardamom	135
Teeküchlein	136
Aus der Sicht einer Diätassistentin	138
Nährwerte pro 100 g	141
Dank	142
Register	143