

Register

Suppen

Poletasuppe	25
Bunte Gemüsesuppe	48
Brokkoli-Basilikum-Cremesuppe mit Parmesanaltern	49
Gemüsesuppe mit Dinkelknöderin	54
Gemüsesuppe mit Eistich	57
Limetten-Kartoffel-Suppe	61
Kräutersuppe	63
Petersiliencremesuppe	65
Petersiliencremesuppe	68
Sellerieschaumsuppe	71
Basensuppe zum Entschlacken	75
Cremige Selleriesuppe mit Croûtons	82
Spargelcremesuppe	88
Basilikum-Buttermilch-Suppe	92
Fenchelcremesuppe mit Kräutersticks	108
Tomatensuppe	125
Italienische Minestrone	137
Karottensuppe	167
Steinpilzcremesuppe	175
Kräutercremesuppe mit Eierschwammerln	176
Kartoffelsuppe	179
Zwiebelsuppe mit Kichererbsen	189
Rote Kartoffelsuppe	194
Krautsuppe	197
Grießnockerlsuppe	199
Kürbis-Ingwer-Suppe	205
Französische Zwiebelsuppe	209
Poletasuppe mit Steinpilzen	211
Erbensuppe mit Blätterteigkissen	215
Bohnen-Gersten-Suppe	216
Linsensuppe mit Curry-Joghurt	218
Rote-Rüben-Ingwer-Suppe mit Knusperstangen	220
Schöberl-Suppe	223
Wintersuppe	228
Ingwer-Kren-Suppe mit Glasnudeln und Tofu	230
Knoblauchsuppe	233
Asiatische Kokos-Gemüsesuppe	236
Rahmsuppe	238
Mais-Paprika-Suppe	245

Salate

Linsen-Apfel-Salat	42
Chinakohl-Apfel-Salat	44
Bunter Salat mit Gänseblümchen	60
Frühlingssalat	67
Quinoa-Salat	69
Französischer Baguettesalat	70
Sojabohnensalat	74
Panzanella - italienischer Brotsalat	77
Salatkreationen	84
Spinatsalat mit Granatapfel	85
Feta auf Blattsalaten	87
Reis-Rucola-Karotten-Salat	90
Kapersalat	93
Mozzarella mit scharfer Petersiliensoße	94
Wärmer Spargelsalat mit Belugalinsen	97
Fisolen-Oliven-Eisalat	104
Fenchelsalat mit Orangen	105
Lauwarmer Gnocchi-Salat	109
Rucola-Salat mit Himbeerressing	116
Griechischer Salat	122
Mediterraner Salat	128
Nudelsalat	130

Florida-Salat mit Mozzarella	133
Grüner Salat mit Caesars Dressing	137
Rucola-Tomaten-Salat mit Granaspänen	139
Kartoffel-Fisolen-Salat mit Joghurt-Mayonnaise	141
Bunter Kichererbensalat	159
Wiener Kartoffelsalat	183
Warmer Krautsalat	193
Maissalat	196

Gemüse- und Kartoffelgerichte

Brokkoli mit Senf-Kapern-Soße	8
Kartoffel-Bratlinge mit Wirsing	9
Kartoffel-Reis-Kroketten	16
Linsenbraten	17
Kartoffelpüree mit gebratenen Pilzen	18
Sojabohnen-Eintopf	22
Indischer Spinat mit Tofuwürfeln	28
Sauerkraut mit Rosmarinkartoffeln	30
Karotten-Sellerie-Bolognese	30
Sauerkraut-Laibchen	32
Rote Linsen mit Kartoffeln	33
Sellerie-Süßkartoffel-Püree	34
Tomatenknödel	48
Spargel mit gebackenen Estragon-Soufflés	50
Kartoffel-Blinni mit Basilikumsoße und Salat	64
Brokkollilaibchen	68
Knusprige Zwiebelringe	89
Ofengemüse mit Halloumi	92
Kohlrabi-Karotten-Gemüse mit Quinoa	97
Kartoffelgratin	103
Rotes Linsenmus und Rucola-Erdbeer-Salat	113
Gebackene Zucchiniblüten	113
Kartoffel-Pfanne mit Gemüse	114
Gurkensoße	118
Gemüsestrudel	124
Gemüseläibchen	129
Gefüllte Tomaten mit Oliven	131
Gefüllte Zucchini	134
Tabbouleh mit Quinoa	144
Gemüsepfanne mit Schafskäse	145
Dillfisolen	149
Gemüseeintopf mit Aioli-Baguette	151
Kartoffel-Karotten-Brokkoli-Pfanne	154
Asiatischer Gemüsetopf mit Reis	156
Gemüsegulasch	158
Vegetarische Moussaka	160
Mangold-Topfen-Laibchen mit Kräuterdip	164
Gemüse-Curry	169
Gemüse in Bierteig mit Schnittlauchsoße	170
Kartoffelpuffer mit Zucchini	171
Gefüllte Zwiebel mit Pilzmischung	171
Gebratener Butternusskürbis mit Glasur	175
Gemüse aus dem Backofen	177
Kräuter-Gnocchi mi Käsesoße	182
Brokkoli-Sprossen-Thai-Pfanne	184
Kartoffelgulasch	188
Tomaten-Bulgur	191
Gemüse-Spießchen	200
Rotkraut mit Apfelstückchen	204
Kohlsprossen-Bulgur-Quinoa-Pfanne	204
Kartoffelknödel	207
Rote-Rüben-Gemüse	212
Gemüse-Curry	229
Pastinaken-Apfel-Gemüse	230
Sellerieschnitzel mit Kartoffelsalat	232
Kartoffelburger	239
Kürbisgemüse	240
Kartoffellaibchen mit Salbei	244

Käferbohnentopf mit Thymian-Ciabatta	244
Kohlrouladen	245

Pasta- und Reisgerichte

Bandnudeln mit Gorgonzola-Soße	10
Buntes Risotto mit schwarzen Oliven	16
Spaghetti mit Knoblauch und Oliven	24
Tomaten-Risotto mit Mozzarella	27
Kärtner Kasnudeln	36
Soba-Nudeln	38
Tagliatelle mit Brokkolisoße	45
Rucola-Risotto	53
Käsespätzle	54
Brennessel-Risotto	60
Spaghetti mit Austernpilzen	62
Farfalle mit Käsesoße	62
Orientalische Reispfanne	65
Farfalle mit Bärlauch-Pesto	74
Lasagne	78
Spaghetti in Mandelsoße	88
Asia-Nudeln mit Gemüse	93
Pasta mit Safransoße	100
Spaghetti mit Kräuterpesto	102
Gemüselasagne	112
Schmetterlingsnudeln mit Spinatsoße	133
Orientalische Spaghetti	148
Brokkoli-Nudeln	153
Linguine mit Zitrone, Thymian und Pilzen	156
Reisröstli mit Tomaten-Spinat	161
Gebratener Reis	170
Stenpilz-Bandnudeln	187
Pappardelle mit Endivien	197
Kürbis-Ravioli mit Salbeibutter	202
Krautfleckerl	223
Grun gefüllte Ravioli	227

Aufläufe und Pikantes

Quesadillas – gebratene Käsetortillas	7
Reisauflauf	9
Quiche Lorraine	13
Polentaknödel	13
Frittata mit Karotten	14
Gebratene Polentataler	18
Hirseauflauf	32
Spinat-Tortillas mit Feta-Creme	39
Gebackener Ziegenkäse	41
Couscous aus 1001 Nacht	44
Haloumi-Happen	50
Gegrillte Quesadillas	52
Serviettenknödel mit Kräutersoße	53
Lauchküchen mit Schafskäse	56
Fleischloses Gulasch	58
Maisfleden mit Avocado-Creme	69
Mozzarellasticks mit Kräutern	76
Mini-Quiches mit Spargel	90
Basilikum-Ricotta-Omelett	110
Polentaknödel mit Gurkensoße	121
Kartoffel-Zucchini-Auflauf	127
Topfen-Beren-Auflauf	132
Karfiol-Gratin	142
Flammkuchen mit Tomaten und Champignons	142
Spinat-Tarte	147
Pfefferlings-Quiche	150
Pilzomelett	152
Gegrillte Käsebrote mit Apfel-Kohl-Salat	157
Überbackener Blumenkohl	162
Pilzschmarren mit Kressedip	165

Käse-Polenta-Pizzen	168	Saftiger Zimt-Zucker-Kuchen	
Apfelauflauf	172	mit Eierlikörsahne	189
Pilzgulasch	172	Kürbis-Käsekuchen mit Mandeln	192
Eiermockerl	178	Feiner Mandel-Stollen	196
Pizzateig	180	Zimt-Krokant-Kuchen	198
Dinkelgrübtaler	183	Matznei Lebkuchen	200
Polentaaecken	198	Mohnschnitten	211
Gratiertes Gemüse	208	Karottenmuffins mit Äpfeln	212
Topfenauflauf	217	Saftiger Topfenstollen	214
Polenta-Kräuter-Stäbchen	222	Marmorgugelhupf	231
Gebackene Gemüse-Käse-Palatschinken	238	Rote-Rüben-Schoko-Muffins	237
Schweizer Käsefondue	242	Bûche de Noël – Französischer Weihnachtskuchen	241

Süße Hauptgerichte

Kaiserschmarren	21
Süße Topfen-Haferflocken-Laibchen	28
Crumble mit Äpfeln	56
Topfennockerl	72
Schupfnudeln mit Kirschen	81
Topfennudeln mit Mohn	83
Backofen-Pfannkuchen mit Johannisbeeren	89
Erdbeer-Taschen	120
Mariellenknödel	134
Brombeereren mit Haferflockenkruste	148
Beeren-Crumble	158
Topfennödel in Mandelbröseln	179
Apfelspatzen	190
Karamellfondue mit Obst	192
Mohnnudeln	236

Torten

Kirsch-Nuss-Torte mit Eierlikör	8
Prinzregenten-Torte	20
Linzer Torte	61
Kirsch-Mascarpone-Torte	96
Eistorte mit Beeren	101
Erdbeer-Mandel-Baiser-Torte	102
Himbeertorte	116
Eiskaffee-Torte mit Himbeeren	153
10-Minuten-Torte	178
Apfeltorte mit Schneehaube	201
Biskotten-Kuppel	208
Paris-Brest: ein großes, rundes Eclair	210
Lebkuchen-Torte mit Eierlikör-Creme	224
Schoko-Mascarpone-Torte	233

Kuchen, Schnitten und Muffins

Schoko-Brownies ohne Mehl	10
Milchkuchen	12
Schokomousse-Törtchen	12
Kräutertermuffins mit Frischkäsefüllung	23
Espresso-Schnitten	25
Marillen-Golatschen	34
Süße Krapferl	39
Marzipan-Mohn-Gugelhupf	40
Giotto-Schnitten	45
Mandel-Muffins	47
Nest-Schokokuchen	57
Biskuit-Topfen-Türmchen	75
Rhabarber-Vanilleküchen mit Schneehaube	80
Himbeerküchen	81
Spargel-Muffins	105
Käsekuchen vom Blech	140
Marillenkuchen	144
Heidelbeerküchen	164
Weintraubenstrudel	174
Schokomuffins mit Haselnüssen	184

Saftiger Zimt-Zucker-Kuchen

mit Eierlikörsahne	189
Kürbis-Käsekuchen mit Mandeln	192
Feiner Mandel-Stollen	196
Zimt-Krokant-Kuchen	198
Matzner Lebkuchen	200
Mohnschnitten	211
Karottenmuffins mit Äpfeln	212
Saftiger Topfenstollen	214
Marmogugelhupf	231
Rote-Rüben-Schoko-Muffins	237
Büche de Noël – Französischer	
Weihnachtskuchen	241

Kekse, Brot und Gebäck

Spritz-Ringe	22
Financiers	35
Schoko-Küsschen	38
Dinkel-Hirse-Vollkornbrot	49
Macarons	52
Kaffeecreme-Eclairs	85
Bananen-Kokos-Cookies	94
Nerven-Kekse	168
Müsliriegel	180
Elsässer Spritzgebäck	202
Knusperbrot	214
Haferflocken-Schoko-Bällchen	216
Spritzgebäck	218
Mohnschnecken	219
Käsefüßchen	222
Bagels	225
Lavendel-Schoko-Cookies	228
Frühstücksbrötchen	229
Mürbteigkekse	234
Karamell-Cantuccini	234
Zitronen-Shortbreads	237
Dinkelweckerl	242

Eis und Desserts

Palatschinken	15,-
Tiramisu	17,-
Salzburger Nockerl	23,-
Schokoladen-Tascherl	24,-
Safran-Panna cotta mit Mango	29,-
Crêpes Suzette – französische	
Orangenpfannkuchen	33,-
Dirndl-Ecken	36,-
Buttermilch-Pancakes	42,-
Rhabarber-Kompott	7,-
Marzipan-Obst	7,-
Gebackener Schoko-Milchreis	78,-
Eiscreme mit Joghurt und Erdbeeren	96,-
Buchteln mit Vanillesoße	98,-
Topfencreme im Apfel	104,-
Holunderblüten-Schöberl	110,-

Saftiges

Grüner Smoothie	58
Weißkohlsaft mit Apfel und Karotte	64
Holundersirup, selbst gemacht	95
Himbeersaft	107
Himbeeressig homemade	120
Himbeer-Shake	128
Kräuterlimonade	136
Marillen-Lassi	138
Rosmannessig	140
Melonen-Bowle	150
Grüner Smoothie	162
Spritziger Traubens-Apfel-Smoothie	176
Asterix-und-Obelix-Saft	182
Erkältungstee	210
Eierlikör	232

Snacks, Aufstriche und Dips

Aufstrichvariationen	14
Apfel-Curry-Dip	20
Frühstücks-Müsli – schnell gemacht	40
Mediterrane Hummus-Vorspeise	55
Eiaufstrich	72
Parmesan-Cracker mit Kräutercreme	80
Konander-Bruschetta mit Chili	82
Gorgonzola-Ricotta-Aufstrich	84
Sandwich mit Radicchio und Ei	98
Kräuterlaufstrich	100
Räuchertofu-Aufstrich	101
Schnelle Pizzabrote – kinderleicht!	108
Kerniger Tomatenlaufstrich	109
Tomatenbrötchen mit Rucola	114
Kräuter-Soße	117
Karotten-Mozzarella-Wrap	119
Crostini mit Brokkoli und Mozzarella	124
Happy Toasts	125
Hummus mit rotem Paprika	129
Paprika-Tramezzini	130
Gemüsekipferl	132
Aufgerolltes Feta-Knoblauchbrot	
mit Radicchio	136
Garten-Mäderl	138
Pfirsichmarmelade	141
Avocadodip mit Chips und Gemüesticks	149
Zucchini-Chutney	152
Fruchtige Marmeladen	154
Guacamole	160
Mexikanisches Rührei	161
Tzatzikimousse	165
Liptauer-Aufstrich	174
Schafskäse in Öl	185
Warmes Frühstück	188
Rote-Rüben-Chips mit Wasabi-Dip	190
Kichererbse-Curry-Kaltschale	201
Graukäse in Essig und Öl	219
Langos	220
Kräuterzalz	224

