

Inhalt

Vorwort	8		
Viel Spaß beim Kochen!	10		
Die Küche im Rheinland	14	Die Küche des Münsterlands	72
Kölsche Kaviar auf knusprigen Kartoffeln	22	Dicke Bohnen mit Speck	76
Schwarzbrot-Petersilienwurzel-		Töttchen	78
Cremesüppchen	26	Westfälisches Blindhuhn	82
Rheinischer Sauerbraten	28	Westfälischer Schinken	84
Rheinischer Sauerkrauttopf mit		<i>Schinkenfreuden</i>	85
gesottenem Schweinebauch	30	Plaaten in de Pann	88
Öcher Poschweck oder Aachener Osterbrot	32	Schinken-Begräbnis	90
Waffeln ...	36	Westfälische Quarkspeise	92
... mit Apfelmus	38	Liebblingsgerichte aus dem Ruhrgebiet	94
... mit Quarkschaum	38	Schweinepfeffer	98
<i>Eine kleine regionale Apfelkunde</i>	40	Möhren-Kartoffel-Stampf	100
Welsche Riisflam	44	Stemmelkort	102
Niederrheinische Gaumenfreuden	46	<i>Ein paar Worte zum Bier</i>	104
Rote-Bete-Salat mit Gänseei	50	Knifite mit Kartoffelsalat	108
Gänse-Rührei	52	Gebratenes Kaninchen	110
Miesmuscheln niederrheinische Art	54	Bettelmann	112
Kartoffel-Stampes mit Endivie	56	Selbstgemachte Vanillesauce	114
Buchweizen-Speckpfannkuchen	58		
Wirsingauflauf	60		
<i>Gemüse: vom saisonalen Angebot</i>			
<i>zur ständigen Verfügbarkeit</i>	62		
Niederrheinischer Salzbraten	66		
Schmandkartoffeln	68		
Apfel-Püfferkes	70		

Regionale Spezialitäten der Eifel	116	Die Küche im Sauerland	160
Döppekooche	120	Reibekuchen	164
Eiermösch	122	Schlodderkappes	166
<i>Wildkräuter</i>	124	Sauerkraut mit Schnüsskes un Öhrkes	168
Ferkesbuchrouladen	126	<i>Kartoffeln: Grundnahrungsmittel im Wandel der Zeiten</i>	172
Grißmehlstaat	130	Rehragout	176
<i>Weißwein</i>	132	Preiselbeerkuchen	180
Spezialitäten aus dem Bergischen Land	136	Die Küche in Ostwestfalen-Lippe	182
Bergische Kaffeetafel	140	Lappenpickert	186
Kottenbutter	142	Lippischer Kastenpickert	188
Rötsch	144	Puffert nach Henriette Davidis	188
Pillekuchen oder Pillekoken	146	<i>Rotwein</i>	190
Kappes med Jehacktes	150	Potthucke	194
Burger Brezel-Aufläufchen	152	Pfefferpotthast	196
Linsensalat	154	Lippische Palme –	
<i>Hülsenfrüchte</i>	154	Grünkohl mit Mettwürstchen	198
Stiefe Ries (Steifer Reis)		Pumpernickel-Soufflé mit Orangensalat	200
mit Zucker und Zimt	156	Rezeptverzeichnis	202
Haferwaffeln	158	Register	204