

INHALT

Vorwort 6

Kochertypen 8

Grill/Feuerstelle 11

Gaskocher 12

Spirituskocher 14

Esbitkocher 15

Benzinkocher 15

Petroleumkocher 15

Kücheneinrichtung 16

Messer und Küchenzubehör 17

Geschirr 17

Besteck 18

Došenöffner 18

Tisch 18

Esskiste 18

Rund ums Kochen 20

Kühlen 20

Wärmen 21

Transportieren 22

Vorräte 23

Frisches 24

Konserven 25

Dauerwaren und Notvorräte 25

Nährmittel 26

Beilagen 28

Saucen 28

Würzen und Verfeinern 28

NÜTZLICHES ZUBEHÖR 30

Die Rezepte 34

Frühstück 36

Suppe 50

Fleisch 62

Geflügel 92

Fisch 106

Gemüse und Beilagen 114

Nudeln, Reis und Kartoffeln 124

Salate 136

Snacks 144

Desserts 162

Getränke 176

Gewürzmischungen 184

**Packlisten fürs Wochenende
oder den mehrwöchigen
Sommerurlaub 186**