

|                                                               |                         |
|---------------------------------------------------------------|-------------------------|
| Arbeitszeiten .....                                           | 0.5/0.7/0.10            |
| Asiadressing .....                                            | 4.2.3                   |
| Asiatische Gemüsesuppe .....                                  | 3.1.17                  |
| Aubergine, mariniert .....                                    | 5.2.1                   |
| Auberginen Bugari/afghanische Auberginen .....                | 5.1.1                   |
| Auflagenschnitt .....                                         | 1.3.4                   |
| Auftauen .....                                                | 1.9.1                   |
| Auftauen von Fleisch und Fisch .....                          | 12.17                   |
| Auftauen von Gemüse .....                                     | 12.16                   |
| Auftauen von Milch und Milchprodukten .....                   | 12.18                   |
| Auftauen von Obst .....                                       | 12.16                   |
| Auftauen von Speisen .....                                    | 12.19                   |
| Auslassen .....                                               | 1.9.2                   |
| Ausquellen .....                                              | 1.9.2                   |
| Ausradeln .....                                               | 1.9.2                   |
| Ausrollen .....                                               | 1.9.2                   |
| Austauschprogramm bei Nahrungsmittelunverträglichkeiten ..... | 0.3                     |
| Avocadocreme .....                                            | 2.2.3                   |
| <br><b>Backen .....</b>                                       | <br><b>1.9.2/1.10.1</b> |
| Baguette, belegt .....                                        | 11.1.7                  |
| Baguette, gefüllt .....                                       | 11.1.8                  |
| Baguettebrötchen .....                                        | 11.1.7                  |
| Baguettestangen .....                                         | 11.1.7                  |
| Baisermasse – Zutaten und Arbeitsablauf .....                 | 11.8.0                  |
| Bananen-Currycreme .....                                      | 9.2.5                   |
| Bananen-Joghurtsoße .....                                     | 10.6.2                  |
| Bananen-Milchshake .....                                      | 2.4.3                   |
| Bananen-Schokocreme .....                                     | 10.1.7                  |
| Basilikumnudeln .....                                         | 7.3.2                   |
| Bataten/Süßkartoffeln .....                                   | 5.1.2                   |
| Bärlauchbutter .....                                          | 2.2.6                   |
| Bärlauchpesto .....                                           | 9.2.4                   |
| Beeren-Quarkspeise .....                                      | 10.2.4                  |
| Begriffserklärungen .....                                     | 1.9.1                   |
| Belegte Baguettes .....                                       | 11.1.7                  |
| Belegte Brötchen .....                                        | 2.6                     |
| Berglinsen .....                                              | 7.5                     |
| Binden .....                                                  | 1.9.3                   |
| Birne Helene .....                                            | 10.5.2                  |
| Birnenknusperdessert .....                                    | 10.2.7                  |
| Birnenquarktorte .....                                        | 11.3.3                  |
| Birnenpalten .....                                            | 12.2                    |
| Biskuitmasse – Zutaten und Arbeitsablauf .....                | 11.6.0                  |
| Biskuitrolle mit Himbeer-Schmandfüllung .....                 | 11.6.1                  |
| Biskuitrolle mit Zitronensahne .....                          | 11.6.2                  |
| Blanchieren .....                                             | 1.9.3                   |

handwerk-technik.de

|                                              |              |
|----------------------------------------------|--------------|
| Blitzkuchen .....                            | 11.5.2       |
| Blitzkuchen mit Äpfeln .....                 | 11.5.2       |
| Blitzkuchen mit Obstvarianten .....          | 11.5.2       |
| Blumenkohlcremesuppe .....                   | 3.1.7        |
| Blumenkohl in Curry-Sahnesoße .....          | 4.1.1        |
| Blumenkohl mit gebräunter Butter .....       | 5.1.3        |
| Blumenkohl mit Käsesoße .....                | 5.1.3        |
| Blumenkohlsalat mit Kräutersahneschaum ..... | 4.1.1        |
| Bohnen, grüne .....                          | 5.1.4        |
| Bohnensalat .....                            | 4.1.2        |
| Brandmasse – Zutaten und Arbeitsablauf ..... | 11.7.0       |
| Braten im Backofen .....                     | 1.9.3/1.10.2 |
| Braten in der Pfanne .....                   | 1.9.3/1.10.3 |
| Bratfett .....                               | 1.9.3        |
| Brathähnchen .....                           | 8.1.17       |
| Bratkartoffeln .....                         | 7.1.3        |
| Brokkolicremesuppe .....                     | 3.1.7        |
| Brokkoli, mariniert .....                    | 5.2.2        |
| Brokkoli mit Mandelblättchen .....           | 5.1.5        |
| Brotaufstriche .....                         | 2.2          |
| Brötchen .....                               | 11.1.1       |
| Brötchen, belegte .....                      | 2.6          |
| Brötchen, glutenfrei .....                   | 11.1.28      |
| Brötchenhälften mit Ei .....                 | 2.6.1        |
| Brötchenhälften mit Käse .....               | 2.6.1        |
| Brötchen mit Lachs .....                     | 2.6.2        |
| Brötchen mit Paprikaaufstrich .....          | 2.6.1        |
| Brötchen, slow baking .....                  | 11.1.2       |
| ☞ Brötchensonnen .....                       | 11.1.13      |
| Brot, glutenfrei .....                       | 11.1.30      |
| Brot, schnelles .....                        | 11.1.14      |
| Brot, slow baking .....                      | 11.1.2       |
| Brot und Brötchen .....                      | 2.5/11.1.28  |
| Bruchetta mit Pesto .....                    | 11.1.7       |
| Buchweizenbratlinge .....                    | 6.1          |
| Buchweizenbrot .....                         | 11.1.28      |
| Buchweizenplätzchen .....                    | 11.3.13      |
| Bulgur trifft Käse .....                     | 6.35         |
| Bunter Eisbergsalat .....                    | 4.1.6        |
| Bunter Möhrensalat .....                     | 4.1.14       |
| Bunter Porreesalat .....                     | 4.1.13       |
| Bunter Reiseintopf .....                     | 3.2.4        |
| Bunter Zucchini-salat .....                  | 4.1.15       |
| ☞ Butterbrötchen .....                       | 11.1.5       |
| Butterkuchen .....                           | 11.1.32      |

|                                               |                  |
|-----------------------------------------------|------------------|
| Cantuccini (Mandelbrot) .....                 | 11.3.8           |
| Cappuccinorolle .....                         | 11.6.5           |
| Cevapcici .....                               | 8.1.2            |
| Champignonbutter .....                        | 2.2.4            |
| Champignoncremesuppe .....                    | 3.1.8            |
| Champignons, gefüllte .....                   | 6.28             |
| Champignons in Rahmsoße .....                 | 5.1.6            |
| Champignons in Sherry .....                   | 5.2.2            |
| Champignons, mariniert .....                  | 5.2.2            |
| Champignonsoße .....                          | 9.1.2            |
| Champignontarte .....                         | 11.3.17          |
| Champignon-Walnussaufstrich .....             | 2.2.11           |
| Chicken-Nuggets .....                         | 8.1.22           |
| Chicorée – bunter Wintersalat .....           | 4.1.3            |
| Chicorée mit Currysoße .....                  | 4.1.2            |
| Chicorée mit Schinkenstreifen .....           | 5.1.6            |
| Chicorée-Möhren-Salat .....                   | 4.1.3            |
| Chicoréesalat mit Apfelsinen und Äpfeln ..... | 4.1.3            |
| Chili con carne .....                         | 3.2.5            |
| Chinakohl mit Apfelsinen und Bananen .....    | 4.1.4            |
| Chinakohl mit Möhren .....                    | 4.1.4            |
| Chinakohlroulade .....                        | 6.17             |
| Chinapfanne .....                             | 6.13             |
| Chinesische Nudelpfanne .....                 | 8.1.30           |
| Chocolate-Chips-Cookies .....                 | 11.5.18          |
| Cordon bleu .....                             | 8.1.15           |
| Couscousauflauf .....                         | 8.1.33           |
| Cremedressing mit Kräutern, vegan .....       | 4.2.6            |
| Crème Karamell .....                          | 10.5.4           |
| Croûtons .....                                | 1.9.3            |
| Crunchy mit Obst .....                        | 2.1.2            |
| Cupcakes, glutenfrei .....                    | 11.5.14          |
| Curry-Gemüserollen .....                      | 11.2.4           |
| Curryhuhn .....                               | 8.1.21           |
| Curry-Joghurt-Dressing .....                  | 4.2.5            |
| Currypuffer .....                             | 7.1.14           |
| Curryrahmsuppe .....                          | 3.1.10           |
| Curryreis .....                               | 7.2.2            |
| Currysoße .....                               | 9.1.1            |
| <br>Dampfdruckgaren .....                     | <br>1.9.3/1.10.4 |
| Dämpfen .....                                 | 1.9.3/1.10.5     |
| Dänisches Apfeldessert .....                  | 10.1.4           |
| Dill-Schmand-Dressing .....                   | 4.2.5            |
| Djuvekreis .....                              | 7.2.3            |
| Donauwellen .....                             | 11.5.10          |
| Döner .....                                   | 8.1.12           |

|                                               |              |
|-----------------------------------------------|--------------|
| Döner, vegetarisch .....                      | 8.1.12       |
| Dörren/trocknen .....                         | 12.1         |
| Dünsten .....                                 | 1.9.3/1.10.6 |
| Eier, gefüllte .....                          | 2.3.2        |
| Eier, gekocht .....                           | 2.3.1        |
| Eierlikör-Kirsch-Torte .....                  | 11.5.11      |
| Eiersalat .....                               | 4.3.1        |
| Eierspeisen .....                             | 2.3          |
| Eierquark .....                               | 2.2.1/9.2.2  |
| Eierstich .....                               | 3.1.4        |
| Eindicken .....                               | 1.9.3        |
| Einfetten .....                               | 1.9.4        |
| Einfrieren von Fleisch und Fisch .....        | 1.9.4/12.13  |
| Einfrieren von Gemüse .....                   | 1.9.4/12.12  |
| Einfrieren von Milch und Milchprodukten ..... | 1.9.4/12.14  |
| Einfrieren von Obst .....                     | 1.9.4/12.11  |
| Einfrieren von Speisen .....                  | 1.9.4/12.15  |
| Einkochen .....                               | 1.9.3/12.3   |
| Eintöpfe .....                                | 3.2          |
| Eisbergsalat, bunt .....                      | 4.1.6        |
| Eisbergsalat mit Dressing nach Wahl .....     | 4.1.5        |
| Eistorte mit Baiser .....                     | 11.8.1       |
| Entfetten .....                               | 1.9.4        |
| Erbsenaufstrich .....                         | 2.2.8        |
| Erbsen, gedünstet .....                       | 5.1.7        |
| Erdbeercreme .....                            | 10.1.8       |
| Erdbeercreme mit Sahne .....                  | 10.4.4       |
| Erdbeereis .....                              | 10.1.6       |
| Erdbeerknusperdessert .....                   | 10.2.7       |
| Erdbeer-Milchshake .....                      | 2.4.3        |
| Erdbeer-Sahne-Schnitten .....                 | 11.6.6       |
| Erdbeersöße .....                             | 10.6.4       |
| Essig-Kräuter-Dressing .....                  | 4.2.1        |
| Essig-Senf-Dressing .....                     | 4.2.1        |
| Falafel, vegan .....                          | 6.3          |
| Farmersalat (Porree mit Möhren) .....         | 4.1.13       |
| Feldsalat mit Apfel .....                     | 4.1.7        |
| Feldsalat mit Walnüssen und Apfelsinen .....  | 4.1.7        |
| Fenchel in gebräunter Butter .....            | 5.1.7        |
| Feta, gebraten .....                          | 6.8          |
| Feta, überbacken .....                        | 6.27         |
| Filetieren .....                              | 1.9.4        |
| Fingerfood .....                              | 0.7          |
| Fischsuppe, italienische .....                | 3.1.11       |
| Fisch – Vorbereiten .....                     | 1.8          |

|                                                   |                     |
|---------------------------------------------------|---------------------|
| Fischaufguss mit Tomatenkruste .....              | 8.2.5               |
| Fischcurry .....                                  | 8.2.9               |
| Fischeintopf, venezianischer .....                | 3.2.6               |
| Fischfilet, gebraten .....                        | 8.2.1               |
| Fischfilet überbacken .....                       | 8.2.11              |
| Fischgulasch .....                                | 8.2.4               |
| Fischpfanne .....                                 | 8.2.3               |
| Fischstäbchen .....                               | 8.2.1               |
| Fladenbrot .....                                  | 11.1.12             |
| Fladenbrot Pomodori .....                         | 11.1.12             |
| Flammkuchen .....                                 | 11.4.3              |
| Flammkuchen mit Äpfeln .....                      | 11.4.3              |
| Flammkuchen mit Lachs .....                       | 11.4.3              |
| Flammkuchen mit Zwetschgen .....                  | 11.4.3              |
| Flammküchlein .....                               | 11.4.3              |
| Fleisch – Vorbereiten .....                       | 1.7                 |
| Fleischklößchen .....                             | 3.1.4               |
| Fleischstrudel .....                              | 11.4.1              |
| Flockentorte mit Kirschen .....                   | 11.7.3              |
| Focaccia .....                                    | 11.1.12             |
| Frankfurter Grüne Soße .....                      | 9.2.3               |
| Franzbrötchen .....                               | 11.1.4              |
| Frikadellen .....                                 | 8.1.1               |
| Frische Konfitüre mit Honig .....                 | 2.2.12              |
| Frischkäse mit Paprika .....                      | 2.2.3               |
| Frittieren .....                                  | 1.9.4/1.10.7        |
| Fruchtjoghurt .....                               | 10.2.1              |
| Fruchtiges Tiramisu .....                         | 10.2.9              |
| Fruchtwolke mit Schokoladenmousse .....           | 10.4.3              |
| Frühlingsquark .....                              | 2.2.1               |
| <b>Garen in der Mikrowelle .....</b>              | <b>1.9.4/1.10.8</b> |
| Garnieren .....                                   | 1.9.5/1.9.6         |
| Garprobe .....                                    | 1.9.7               |
| Garverfahren .....                                | 1.10.1              |
| Garziehen .....                                   | 1.9.7/1.10.9        |
| Gebackene Honigbanane .....                       | 10.5.1              |
| Gebackene Kartoffeln mit Sonnenblumenkernen ..... | 7.1.6               |
| Gebackene Kartoffeln mit Kürbiskernen .....       | 7.1.6               |
| Gebrannte Mandeln .....                           | 11.9.5              |
| Gebratene Möhren .....                            | 6.8                 |
| Gebratene Pastinaken .....                        | 6.8                 |
| Gebratener Feta .....                             | 6.8                 |
| Gebratener Sellerie .....                         | 6.7                 |
| Gebratenes Fischfilet .....                       | 8.2.1               |
| Gebratenes Schollenfilet .....                    | 8.2.1               |
| Gebratene Zucchini .....                          | 6.7                 |

|                                               |         |
|-----------------------------------------------|---------|
| Gedeckte Apfeltorte .....                     | 11.3.2  |
| Gedünstete Steckrübe .....                    | 5.1.17  |
| Geflügel-Curry-Rahmsuppe .....                | 3.1.6   |
| Geflügelfleisch vorbereiten .....             | 1.7     |
| Geflügelsalat .....                           | 4.3.2   |
| Geflügelspieße .....                          | 8.1.20  |
| Geflügelspieße, orientalisches .....          | 8.1.20  |
| Gefüllte Baguettes .....                      | 11.1.8  |
| Gefüllte Champignons .....                    | 6.28    |
| Gefüllte Eier .....                           | 2.3.2   |
| Gefüllte Paprikaschoten .....                 | 8.1.6   |
| Gefüllte Teigtaschen .....                    | 11.1.21 |
| Geflügelbrühe, klare .....                    | 3.1.2   |
| Gehackt .....                                 | 1.9.7   |
| Gekochte Eier .....                           | 2.3.1   |
| Gelee mit Gelierzucker .....                  | 12.6    |
| Gelee – mögliche Kombinationen .....          | 12.7    |
| Gemahlen .....                                | 1.9.7   |
| Gemeinschaftsverpflegung .....                | 0.5     |
| Gemüse – Vorbereiten und Zerkleinern .....    | 1.5.1   |
| Gemüsebratlinge .....                         | 6.5     |
| Gemüsebrühe, klare .....                      | 3.1.3   |
| Gemüse-Chips .....                            | 12.1    |
| Gemüsecurry .....                             | 6.9     |
| Gemüse der Provence .....                     | 6.10    |
| Gemüsegratin .....                            | 6.23    |
| Gemüse-Hack-Gratin .....                      | 8.1.25  |
| Gemüse-Hirse-Pfanne .....                     | 6.12    |
| Gemüse-Käse-Schnitten .....                   | 11.1.18 |
| Gemüse-Lasagne .....                          | 6.21    |
| Gemüse-Mandel-Spaghetti .....                 | 6.16    |
| Gemüse-Reis-Pfanne .....                      | 6.11    |
| Gemüsespieße .....                            | 6.33    |
| Gemüsesterne auf Polenta .....                | 6.30    |
| Gemüsesticks mit Dip .....                    | 4.1.8   |
| Gemüsestreifen .....                          | 3.1.5   |
| Gemüsestrudel .....                           | 11.4.1  |
| Gemüsesuppe, asiatisch .....                  | 3.1.17  |
| Gerieben .....                                | 1.9.7   |
| Getränke .....                                | 2.4     |
| Getreidebratlinge, vegan .....                | 6.4     |
| Gewürzkräcker .....                           | 11.4.8  |
| Gewürz-Quarkbrötchen .....                    | 11.2.1  |
| Gewürzstangen .....                           | 11.1.10 |
| Glasierte Möhren .....                        | 5.1.12  |
| Glasierte Möhren mit Ingwer oder Salbei ..... | 5.1.12  |
| Glutenfreie Brötchen .....                    | 11.1.28 |

|                                            |               |
|--------------------------------------------|---------------|
| Glutenfreie Cupcakes .....                 | 11.5.14       |
| Glutenfreie Pizza .....                    | 11.1.26       |
| Glutenfreie Pizzabrötchen .....            | 4.1.29        |
| Glutenfreies Brot .....                    | 11.1.27       |
| Gnocchi .....                              | 7.1.5         |
| Götterspeise .....                         | 10.4.1        |
| Gratinieren .....                          | 1.9.11        |
| Grießflammeri mit Erdbeersoße .....        | 10.3.10       |
| Grießklößchen .....                        | 3.1.5         |
| Grillen im Backofen .....                  | 1.9.7/1.10.10 |
| Grüne Bohnen, gedünstet .....              | 5.1.4         |
| Grüne Bohnen mit Knoblauch .....           | 5.1.4         |
| Grüne Bohnen mit Schinkenwürfel .....      | 5.1.4         |
| Grüne Bohnen mit Speckmantel .....         | 5.1.4         |
| Grüne Bohnen mit Walnussbutter .....       | 5.1.4         |
| Grüne Spätzle .....                        | 7.3.4         |
| ☞Grünkernbratlinge .....                   | 6.1           |
| Grünkohl-Chips .....                       | 12.1          |
| Grünkohl mal anders .....                  | 5.1.9         |
| Grünkohl mit geräucherten Mettenden .....  | 5.1.8         |
| Grünkohlsalat .....                        | 4.1.9         |
| Gulasch .....                              | 8.1.8         |
| Gulasch, orientalisches .....              | 8.1.8         |
| Gulaschsuppe .....                         | 3.1.13        |
| Gurkensalat mit Dill .....                 | 4.1.10        |
| Gurkensalat mit Essig dressing .....       | 4.1.10        |
| Gurken-Sellerie-Apfel-Saft .....           | 2.4.3         |
| Gurken-Tomaten-Salat .....                 | 4.1.10        |
| Gyros .....                                | 8.1.12        |
| Gyrosauflauf .....                         | 8.1.12        |
| <br>                                       |               |
| Hackbällchen in Tomatensoße .....          | 8.1.4         |
| Hackbällchen (Tapas-), spanische .....     | 8.1.4         |
| Hackbraten .....                           | 8.1.5         |
| Hacken .....                               | 1.9.7/1.3.8   |
| Hackfleisch-Sauerkraut-Auflauf .....       | 8.1.26        |
| Hack-Kartoffelaufbau .....                 | 8.1.24        |
| Hackknuspertaschen .....                   | 11.4.4        |
| Haferbratlinge .....                       | 6.2           |
| ☞Hähnchenschenkel, indisch .....           | 8.1.17        |
| ☞Hähnchenschenkel, natur .....             | 8.1.17        |
| ☞Hähnchenschenkel, orientalisches .....    | 8.1.18        |
| ☞Hamburger .....                           | 8.1.33        |
| ☞Hamburger, vegetarisch .....              | 8.1.34        |
| ☞Haselnuss-Butterkuchen .....              | 11.1.32       |
| Hefeteig – Zutaten und Arbeitsablauf ..... | 11.1.0        |
| Heidelbeereis .....                        | 10.1.6        |

|                                                       |             |
|-------------------------------------------------------|-------------|
| Heidelbeer-Milchshake .....                           | 2.4.3       |
| Heiße Kirschoße .....                                 | 10.6.4      |
| Heiße Schokolade .....                                | 2.4.4       |
| Heißer Kakao .....                                    | 2.4.4       |
| Helgoländer Fischsuppe .....                          | 3.1.12      |
| Herzoginkartoffeln .....                              | 7.1.7       |
| Himbeercreme .....                                    | 10.4.4      |
| Himbeereis .....                                      | 10.1.6      |
| Himbeer-Milchshake .....                              | 2.4.3       |
| Himbeertraum .....                                    | 10.2.5      |
| Hirse .....                                           | 7.5         |
| Hirsegratin auf Kohlrabischeiben .....                | 6.26        |
| Hirsepfanne mit Kräuter-Mandel Dip .....              | 6.15        |
| Hirsepfanne mit Joghurtsoße .....                     | 6.15        |
| Hobeln .....                                          | 1.9.7/1.3.7 |
| Hokkaidokürbis, mariniert .....                       | 5.2.4       |
| Honigbanane, gebackene .....                          | 10.5.1      |
| Honigmarzipan .....                                   | 11.9.2      |
| Honig-Senf-Dressing .....                             | 4.2.7       |
| Hörnchen, pikante .....                               | 11.1.20     |
| Hot Dogs .....                                        | 8.1.34      |
| Hot Dogs, vegetarisch .....                           | 8.1.34      |
| Hühnerfrikassee .....                                 | 8.1.19      |
| Hühnerfrikassee, orientalisch .....                   | 8.1.19      |
| Hummus .....                                          | 9.2.6       |
| Indische Frikadellen .....                            | 8.1.1       |
| Indische Hähnchenschenkel .....                       | 8.1.17      |
| Individuelle Zeittabelle für die Arbeitsplanung ..... | 1.11.2      |
| Italienische Fischsuppe .....                         | 3.1.11      |
| Italienische Frikadellen .....                        | 8.1.1       |
| Italienische Reispfanne .....                         | 8.1.27      |
| Italienische Waffeln .....                            | 11.5.15     |
| Joghurtsoße .....                                     | 10.6.2      |
| Joghurtdressing mit Kräutern .....                    | 4.2.6       |
| Kakao, heißer .....                                   | 2.4.4       |
| Kaiserreis (Milchreis mit Sahne und Kirschen) .....   | 10.3.12     |
| Kalibi Palau, afghanischer Reis .....                 | 7.2.2       |
| Karamellcreme .....                                   | 10.3.4      |
| Karamellisieren .....                                 | 1.9.7       |
| Kartoffel, gebackene .....                            | 7.1.6       |
| Kartoffelauflauf .....                                | 6.24        |
| Kartoffelbrot .....                                   | 11.1.28     |
| Kartoffeleintopf .....                                | 3.2.1       |
| Kartoffelgratin .....                                 | 7.1.11      |

|                                                 |         |
|-------------------------------------------------|---------|
| Kartoffelgratin, vegan .....                    | 7.1.12  |
| Kartoffelklöße .....                            | 7.1.4   |
| Kartoffelkroketten .....                        | 7.1.8   |
| Kartoffeln der Provence .....                   | 7.1.10  |
| Kartoffelnudeln .....                           | 7.1.6   |
| Kartoffelpuffer .....                           | 7.1.14  |
| Kartoffelpüree .....                            | 7.1.2   |
| Kartoffelsalat .....                            | 4.3.4   |
| Kartoffelsalat, schwäbischer .....              | 4.3.5   |
| Kartoffelsalat, spanischer .....                | 4.3.6   |
| Kartoffel-Sauerkraut-Auflauf mit Kasseler ..... | 8.1.32  |
| Kartoffelsuppe .....                            | 3.1.15  |
| Kartoffeltaler .....                            | 7.1.5   |
| Käsebrötchen .....                              | 11.1.1  |
| Käse-Gemüse-Puffer .....                        | 6.6     |
| Käseklößchen .....                              | 3.1.5   |
| Käseknusperchen .....                           | 11.7.6  |
| Käse-Kräuter-Gebäck .....                       | 11.2.3  |
| Käsekuchen .....                                | 11.5.8  |
| Käsekuchen mit Obsthaube .....                  | 11.5.8  |
| Käsekuchen mit Mürbeteigboden .....             | 11.5.8  |
| Käsekuchen mit Rosinen .....                    | 11.5.8  |
| Käse-Quarkbrötchen .....                        | 11.2.1  |
| Käse-Quinoa-Auflauf .....                       | 6.20    |
| Käsesoße .....                                  | 9.1.1   |
| Käsespätzle .....                               | 7.3.4   |
| Käsestangen .....                               | 11.1.10 |
| Käsetaler .....                                 | 11.3.18 |
| Käsewaffeln .....                               | 11.5.15 |
| Käsewindbeutel mit Frischkäsefüllung .....      | 11.7.5  |
| Kasseler im Brotmantel .....                    | 8.1.11  |
| Kasseler in Blätterteig .....                   | 8.1.11  |
| Keimbrot .....                                  | 11.1.28 |
| Ketchup .....                                   | 9.2.7   |
| Kirschfruchtwolke .....                         | 10.4.3  |
| Kirschkuchen .....                              | 11.6.7  |
| Kirsch-Schokokuchen .....                       | 11.5.1  |
| Kirschsoße, heiße .....                         | 10.6.4  |
| Kirsch-Streuselschnecken .....                  | 11.1.31 |
| Kirschstrudel .....                             | 11.4.2  |
| Klare Geflügelbrühe .....                       | 3.1.2   |
| Klare Gemüsebrühe .....                         | 3.1.3   |
| Klare Rinderbrühe .....                         | 3.1.1   |
| Knäckebrot mit Sesam .....                      | 11.4.9  |
| Knoblauch-Dip .....                             | 9.2.7   |
| Knoblauchpuffer .....                           | 7.1.14  |
| Knoblauchquark .....                            | 9.2.2   |

|                                                         |               |
|---------------------------------------------------------|---------------|
| Knoten .....                                            | 11.1.5        |
| Knusperkartoffeln aus dem Backofen .....                | 7.1.9         |
| Knusperstangen/Crostinis .....                          | 11.1.11       |
| Köcheln .....                                           | 1.9.7         |
| Kochen .....                                            | 1.9.7/1.10.11 |
| Kochen mit Kindern .....                                | 0.9           |
| Kohlrabi in Zitronensahne .....                         | 5.1.10        |
| Kohlrabi-Möhren-Salat .....                             | 4.1.11        |
| Kohlrabi-Radieschen-Salat .....                         | 4.1.11        |
| Kohlrabisalat, lieblich .....                           | 4.1.11        |
| Kohlrouladen .....                                      | 8.1.7         |
| Kohlrouladen mit Gemüsefüllung .....                    | 6.17          |
| Kokosecken .....                                        | 11.3.7        |
| Kosmakronen .....                                       | 11.8.2        |
| Kokos-Schokoladenmakronen .....                         | 11.8.2        |
| Kompott .....                                           | 10.1.2        |
| Konfitüre extra, mit Obststücken und Gelierzucker ..... | 12.4          |
| Konfitüre mit Gelierzucker .....                        | 12.3          |
| Konfitüre mit Honig .....                               | 2.2.12        |
| Konfitüre – mögliche Kombinationen .....                | 12.5          |
| Königsberger Klopse .....                               | 8.1.3         |
| Kopfsalat in Sahnesoße .....                            | 4.1.12        |
| Kopfsalat mit Champignons .....                         | 4.1.12        |
| Kopfsalat mit Kräuterdressing .....                     | 4.1.12        |
| Kopfsalat mit Radieschen .....                          | 4.1.12        |
| Koriander-Dip .....                                     | 9.2.7         |
| Körnerbrötchen .....                                    | 11.2.2        |
| Kotelett, paniert oder natur .....                      | 8.1.15        |
| Kräuterbaguettes .....                                  | 11.1.9        |
| Kräuterbrot .....                                       | 11.1.14       |
| Kräuterbrötchen .....                                   | 11.1.1        |
| Kräuterbutter .....                                     | 2.2.6         |
| Kräuterdressing .....                                   | 4.1.5         |
| Kräuterfrischkäsestückchen .....                        | 2.2.2         |
| Kräuterkartoffeln .....                                 | 7.1.6         |
| Kräuterkäsecreme .....                                  | 9.2.2         |
| Kräuter-Knoblauchbutter .....                           | 2.2.6         |
| Kräuter-Mandel-Dip .....                                | 9.2.7         |
| Kräuter-/Wildkräuternudeln .....                        | 7.3.2         |
| Kräuterquark .....                                      | 9.2.2         |
| Kräuter-Quarkbrötchen .....                             | 11.2.1        |
| Kräuterrahmsauce .....                                  | 9.1.1         |
| Kräuterrisotto .....                                    | 7.2.1         |
| Kräuter-Schmand-Taler .....                             | 11.1.25       |
| Kräuter-Senfbutters .....                               | 2.2.6         |
| Kräuter-Tomatenbutter .....                             | 2.2.6         |
| Kräuter-Tomatenquark .....                              | 2.2.1         |

|                                                 |               |
|-------------------------------------------------|---------------|
| Kräuter – Vorbereiten und Zerkleinern .....     | 1.6           |
| Krallengriff .....                              | 1.3.4         |
| Krokantbissen .....                             | 11.9.4        |
| Kürbis .....                                    | 5.1.10/5.1.18 |
| Kürbisbrötchen .....                            | 11.1.3        |
| Kürbiskernsoße .....                            | 9.2.5         |
| Kürbis mit Zwiebeln und roter Chilischote ..... | 12.10         |
| Kürbisspalten mit Gemüse der Provence .....     | 6.10          |
| Kürbissuppe .....                               | 3.1.9         |
| <br>                                            |               |
| Lachs auf Champignon .....                      | 8.2.2         |
| Lachs in Sahnesoße .....                        | 8.2.2         |
| Lachslasagne .....                              | 8.2.8         |
| Lachs mit Zwiebelringen .....                   | 8.2.2         |
| Lachsrollchen .....                             | 8.2.10        |
| Lachssteak .....                                | 8.2.2         |
| Laugenbrötchen .....                            | 11.1.6        |
| Laugen-Käsebrötchen .....                       | 11.1.6        |
| Laugengstangen oder Laugenbrezeln .....         | 11.1.6        |
| Lasagne mit Hack .....                          | 8.1.28        |
| Legieren .....                                  | 1.9.8         |
| Lieblicher Kohlrabisalat .....                  | 4.1.11        |
| Linsen-Ingwersuppe .....                        | 3.1.19        |
| Linsensalat, syrischer auf Apfelsinen .....     | 4.3.10        |
| Linsensalat, türkischer .....                   | 4.3.9         |
| Linsen Sunny-side-up .....                      | 6.34          |
| <br>                                            |               |
| Mahlen .....                                    | 1.3.8/1.9.8   |
| Mandel-Chocolate-Chips-Cookies .....            | 11.5.18       |
| Mandeln, gebrannte .....                        | 11.9.5        |
| Mandelplätzchen .....                           | 11.5.16       |
| Mandelsplitter .....                            | 11.9.1        |
| Mangoeis .....                                  | 10.1.6        |
| Marinierte Aubergine .....                      | 5.2.1         |
| Marinierte Champignons .....                    | 5.2.2         |
| Marinierte Paprikaschoten .....                 | 5.2.5         |
| Marinierte Schalotten .....                     | 5.2.6         |
| Marinierte Zucchini .....                       | 5.2.7         |
| Marinierter Brokkoli .....                      | 5.2.2         |
| Marinierter Hokkaidokürbis .....                | 5.2.4         |
| Marinierter Weißkohl .....                      | 5.2.7         |
| Marmorkuchen .....                              | 11.5.1        |
| Marzipankartoffeln .....                        | 11.9.3        |
| Marzipankonfekt .....                           | 11.9.2        |
| Mascarpone mit Erdbeeren .....                  | 10.2.8        |
| Maße und Gewichte pro Esslöffel/Teelöffel ..... | 1.2.1         |
| Maße und Gewichte pro Stück .....               | 1.2.2         |

|                                               |                       |
|-----------------------------------------------|-----------------------|
| Matjesfilet nach Hausfrauenart .....          | 8.2.6                 |
| Matjes in Currysoße .....                     | 8.2.6                 |
| Matjessalat .....                             | 4.3.3                 |
| Meerrettich-Dip .....                         | 9.2.7                 |
| Meerrettichfrischkäse .....                   | 2.2.2                 |
| Meerrettichquark .....                        | 2.2.1                 |
| Meerrettichsahne .....                        | 9.2.5                 |
| Mehrkornbrot .....                            | 11.1.28               |
| Mengen .....                                  | 0.5/0.7/0.9/1.11/1.12 |
| Mengen für eine Person .....                  | 1.2.4                 |
| Milchbrötchen .....                           | 11.1.3                |
| Milchreis mit Sahne und Früchten .....        | 10.3.13               |
| Milchreis, orientalisches .....               | 10.3.13               |
| Milchshake, vegan .....                       | 2.4.3                 |
| Minicalzone .....                             | 11.1.17               |
| Minipizzen .....                              | 11.1.17               |
| Ministrudel als Snack .....                   | 11.4.1                |
| Miniwindbeutel mit Erdbeersahnefüllung .....  | 11.7.2                |
| Miniwindbeutel mit Kuvertüre .....            | 11.7.2                |
| Miniwindbeutel mit Sahnefüllung .....         | 11.7.2                |
| Minzbutter .....                              | 2.2.6                 |
| Mitternachtssuppe .....                       | 3.1.18                |
| Mögliche Kombinationen für Gelees .....       | 12.5                  |
| Mögliche Kombinationen für Konfitüren .....   | 12.3                  |
| Mohnbrötchen .....                            | 11.1.1                |
| Mohnherzen, pikant gefüllt .....              | 11.3.20               |
| Mohnmousse .....                              | 10.3.12               |
| Mohn-Quarkbrötchen .....                      | 11.2.1                |
| Mohnschnecken .....                           | 11.1.31               |
| Mohnzopf .....                                | 11.1.15               |
| Möhrenaufstrich .....                         | 2.2.9                 |
| Möhren-Apfel-Saft .....                       | 2.4.2                 |
| Möhren-Apfel-Salat .....                      | 4.1.14                |
| Möhren-Chips .....                            | 12.1                  |
| Möhren, gebratene .....                       | 6.8                   |
| Möhrengemüse .....                            | 5.1.11                |
| Möhren, glasiert .....                        | 5.1.12                |
| Möhren mit Ingwer .....                       | 5.1.12                |
| Möhren mit Salbei .....                       | 5.1.12                |
| Möhrenpuffer .....                            | 7.1.14                |
| Möhrensalat, bunt .....                       | 4.1.14                |
| Möhrensuppe .....                             | 3.1.9                 |
| Möhren, süß-sauer .....                       | 5.2.3                 |
| Mokkacreme .....                              | 10.3.5                |
| Muffins mit Baiserhaube .....                 | 11.5.5                |
| Muffins mit Kirschen .....                    | 11.5.17               |
| Muffins mit Stracciatella-Schokostücken ..... | 11.5.17               |

|                                                      |               |
|------------------------------------------------------|---------------|
| Muffins, pikante .....                               | 11.5.19       |
| Mürbeteig – Zutaten und Arbeitsablauf .....          | 11.3.0        |
| Müsli mit gekeimtem Weizen .....                     | 2.1.3         |
| <b>Nahrungsmittelunverträglichkeiten .....</b>       | <b>0.3</b>    |
| Nasi Goreng .....                                    | 3.2.7         |
| Nudelaufguss .....                                   | 6.1.22        |
| Nudelaufguss mit Schinken .....                      | 8.1.29        |
| Nudeldeintopf .....                                  | 3.2.2         |
| Nudeln .....                                         | 7.3.1         |
| Nudeln – selbst hergestellt .....                    | 7.3.2/7.3.3   |
| Nudelpfanne .....                                    | 6.1.4         |
| Nudelpfanne, chinesische .....                       | 8.1.30        |
| Nudelpfanne mit Geschnitteltem .....                 | 8.1.31        |
| Nudelsalat .....                                     | 4.3.7         |
| Nudelsalat mit Rucola .....                          | 4.3.8         |
| Nussecken .....                                      | 11.3.6        |
| Nusskuchen .....                                     | 11.5.1        |
| Nussmakronen .....                                   | 11.8.2        |
| Nussplätzchen .....                                  | 11.3.15       |
| <b>Obst-Baiserkekse .....</b>                        | <b>11.3.5</b> |
| Obstboden (Mürbeteig) mit Kirschen und Bananen ..... | 11.3.1        |
| Obstboden (Rührmasse) mit Himbeeren .....            | 11.5.3        |
| Obstkäsekuchen .....                                 | 11.5.8        |
| Obstkuchen mit Baiserhaube .....                     | 11.5.5        |
| Obstmandelschnitten .....                            | 11.5.7        |
| Obstquarkschnitten .....                             | 11.5.6        |
| Obstsahtorte I mit Tortenguss .....                  | 11.6.10       |
| Obstsahtorte II ohne Tortenguss .....                | 11.6.9        |
| Obstsalat .....                                      | 10.1.1        |
| Obst – Vorbereiten und Zerkleinern .....             | 1.4.1         |
| Olive-Dip .....                                      | 9.2.7         |
| Olivequark .....                                     | 2.2.1         |
| Orangencantuccini .....                              | 11.3.8        |
| Orangenmarzipan .....                                | 11.9.2        |
| Orangentaler .....                                   | 11.3.14       |
| Orientalische Frikadellen .....                      | 8.1.1         |
| Orientalische Geflügelspieße .....                   | 8.1.20        |
| Orientalische Hähnchenschenkel .....                 | 8.1.18        |
| Orientalische Roulade .....                          | 8.1.9         |
| Orientalischer Milchreis .....                       | 10.3.13       |
| Orientalisches Gulasch .....                         | 8.1.8         |
| Orientalisches Hühnerfrikassee .....                 | 8.1.19        |
| Osterzopf .....                                      | 11.1.15       |

|                                                                 |                 |
|-----------------------------------------------------------------|-----------------|
| Panieren .....                                                  | 1.9.8           |
| Paniertes Kotelett .....                                        | 8.1.15          |
| Paprikaaufstrich .....                                          | 2.2.10          |
| Paprikabutter .....                                             | 2.2.4           |
| Paprika-Champignon-Salat .....                                  | 4.1.15          |
| Paprikagemüse .....                                             | 5.1.12          |
| Paprikagulasch .....                                            | 8.1.8           |
| Paprika-Mandel-Dip .....                                        | 9.2.7           |
| Paprikaquark .....                                              | 2.2.1/9.2.2     |
| Paprikaschoteneintopf .....                                     | 3.2.3           |
| Paprikaschoten, gefüllt .....                                   | 8.1.6           |
| Paprikaschoten, mariniert .....                                 | 5.2.5           |
| Paprikaschoten mit Reisfüllung .....                            | 6.18            |
| Paprika, süß-sauer .....                                        | 5.1.13          |
| Passieren .....                                                 | 1.9.8           |
| Pastinake .....                                                 | 1.5.4           |
| Pastinaken, gebraten .....                                      | 6.8             |
| Pastinaken-Möhren-Gemüse mit Curry .....                        | 5.1.13          |
| Pastinakensuppe .....                                           | 3.1.9           |
| Pellkartoffeln .....                                            | 7.1.1           |
| Petersiliennudeln .....                                         | 7.3.2           |
| Pesto .....                                                     | 9.2.4           |
| Pesto, vegan .....                                              | 9.2.4           |
| Pfannkuchen mit Champignonfüllung .....                         | 6.32            |
| Pfannkuchenberg mit Tomatenfüllung .....                        | 6.31            |
| Pflaumen-Mandelschnitten .....                                  | 11.5.7          |
| Pikante Frischkäseplätzchen .....                               | 11.3.19         |
| Pikante Füllungen für Schnecken, Hörnchen und Teigtaschen ..... | 11.1.22         |
| Pikante Hörnchen .....                                          | 11.1.20         |
| Pikante Muffins .....                                           | 11.5.19         |
| Pikante Schnecken .....                                         | 11.1.19         |
| Pikante Waffeln .....                                           | 11.5.19         |
| Pikanter Quarkauflauf .....                                     | 6.25            |
| Pikanter Rosenkohlsalat .....                                   | 4.1.17          |
| Pilzgulasch .....                                               | 8.1.8           |
| Pizza .....                                                     | 11.1.16/11.1.26 |
| Pizzabrötchen, glutenfrei .....                                 | 11.1.28         |
| Pizza, glutenfrei .....                                         | 11.1.26         |
| Pizza, türkische .....                                          | 11.1.24         |
| Polenta mit Käse .....                                          | 6.29            |
| Polenta-Pizza .....                                             | 6.29            |
| Pommes frites aus dem Backofen .....                            | 7.1.10          |
| Porreesalat, bunt .....                                         | 4.1.13          |
| Porreestreifen .....                                            | 5.1.14          |
| Portionieren .....                                              | 1.9.8           |
| Powermüsli .....                                                | 2.1.1           |
| Preiselbeer-Eierlikör-Torte .....                               | 11.6.12         |

|                                                |                       |
|------------------------------------------------|-----------------------|
| Pürieren .....                                 | 1.3.8/1.9.10          |
| Putzen von Nahrungsmitteln .....               | 1.3.1                 |
| <b>Quarkauflauf, pikanter</b> .....            | 6.25                  |
| Quarkbecher mit Knusperflocken .....           | 10.2.2                |
| Quark-Birnen-Dessert .....                     | 10.2.3                |
| ☉Quarkbrötchen .....                           | 11.2.1                |
| Quarkflammeri .....                            | 10.3.6                |
| Quarkkölteig – Zutaten und Arbeitsablauf ..... | 11.2.0                |
| Quark-Sahnegrieß mit Himbeeren .....           | 10.3.11               |
| Quarksahnerolle mit Heidelbeeren .....         | 11.6.4                |
| Quarkspeise .....                              | 10.2.1                |
| Quellen .....                                  | 1.9.10                |
| Quiche Lorraine .....                          | 11.3.16               |
| <b>Radieschen mit Kopfsalat</b> .....          | 4.1.11                |
| Radieschenquark .....                          | 2.2.1                 |
| Rahmgeschnitzeltes .....                       | 8.1.13                |
| Rahmschnitzel in der Auflaufform .....         | 8.1.23                |
| Raspeln .....                                  | 1.9.10/1.3.7          |
| Ratatouille .....                              | 5.1.20                |
| Reduzieren .....                               | 1.9.3/1.9.10          |
| Reiben .....                                   | 1.9.10/1.3.7          |
| Reis .....                                     | 7.2.1                 |
| Reisaufwurf .....                              | 6.19                  |
| Reiseintopf, bunt .....                        | 3.2.4                 |
| Reispfanne, italienische .....                 | 8.1.27                |
| Remouladensoße .....                           | 9.2.1                 |
| Rettichsalat .....                             | 4.1.16                |
| Rettich-Tomaten-Salat .....                    | 4.1.16                |
| Rezeptauswahl .....                            | 0.5/0.7/0.9/1.11/1.12 |
| Rhabarber-Bananen-Creme .....                  | 10.3.7                |
| Rhabarbercreme .....                           | 10.4.5                |
| Rhabarberknusperdessert .....                  | 10.2.7                |
| Rhabarberkuchen mit Baiserhaube .....          | 11.5.5                |
| Rinderbrühe, klare .....                       | 3.1.1                 |
| Rinderrouladen .....                           | 8.1.9                 |
| Rindersteak mit Kräuterbutter .....            | 8.1.16                |
| Risotto .....                                  | 7.2.1                 |
| Roggenbrötchen .....                           | 11.1.1                |
| ☉Rosenkohl .....                               | 5.1.14                |
| Rosenkohlsalat mit Apfelsinen .....            | 4.1.17                |
| Rosenkohlsalat, pikant .....                   | 4.1.17                |
| Rosenkohlsuppe .....                           | 3.1.9                 |
| Rosinen-Streuselschnecken .....                | 11.1.31               |
| ☉Rösti .....                                   | 7.1.13                |
| Rote Bete-Apfel-Saft .....                     | 2.4.2                 |

|                                              |         |
|----------------------------------------------|---------|
| Rote Bete-Aufstrich .....                    | 2.2.7   |
| Rote Bete-Chips .....                        | 12.1    |
| Rote Bete mit Sahnesoße .....                | 4.1.18  |
| Rote Bete-Rohkost mit Zitronendressing ..... | 4.1.18  |
| Rote Bohnen-Salat .....                      | 4.3.11  |
| Rote Grütze .....                            | 10.3.9  |
| Rote Linsen-Aufstrich .....                  | 2.2.8   |
| Rotkohl .....                                | 5.1.15  |
| Rotkohl-Apfelsinen-Rohkost .....             | 4.1.19  |
| Rotkohlsalat .....                           | 4.1.19  |
| Roulade, orientalisches .....                | 8.1.9   |
| Rucola .....                                 | 1.5.5   |
| Rucolabutter .....                           | 2.2.6   |
| Rucola-Tomaten-Bruchetta .....               | 11.1.7  |
| Rührei .....                                 | 2.3.3   |
| Rührei mit Sprossen .....                    | 2.3.3   |
| Rührmasse – Zutaten und Arbeitsablauf .....  | 11.5.0  |
| Russische Kartoffelsuppe .....               | 3.1.14  |
| <br>                                         |         |
| Saftgewinnung mit einem Dampfsafter .....    | 12.8    |
| Sahne-Bananen-Dressing .....                 | 4.2.4   |
| Sahne-Gemüse-Risotto .....                   | 7.2.1   |
| Salate .....                                 | 4.1     |
| Salatteller als Hauptgericht .....           | 4.1.20  |
| Saisonkalender für Obst .....                | 1.2.5   |
| Saisonkalender für Gemüse .....              | 1.2.6   |
| Salzkartoffeln .....                         | 7.1.1   |
| Sauce Béarnaise .....                        | 9.1.8   |
| Sauce Hollandaise .....                      | 9.1.7   |
| Sauerkirsch-Streuselkuchen .....             | 11.3.4  |
| Sauerkraut mit Äpfeln .....                  | 5.1.16  |
| Sauerkrautstrudel .....                      | 11.4.1  |
| Saure-Sahne-Plätzchen .....                  | 11.3.9  |
| Schafskäse-Dip mit Paprika .....             | 9.2.2   |
| Schälen von Nahrungsmitteln .....            | 1.3.2   |
| Schalotten, mariniert .....                  | 5.2.6   |
| Scharfe Paprikasoße .....                    | 9.1.3   |
| Schinkenpuffer .....                         | 7.1.14  |
| Schinken-Quarkbrötchen .....                 | 11.2.1  |
| Schinkenrosen .....                          | 11.4.5  |
| Schinken-Sahnesoße .....                     | 9.1.6   |
| Schinkenwaffeln .....                        | 11.5.15 |
| Schmandbrötchen .....                        | 11.1.28 |
| Schmand-Dressing .....                       | 4.2.5   |
| Schmandsoße .....                            | 9.2.3   |
| Schmandsoße mit Curry .....                  | 9.2.3   |
| Schmandsoße mit Knoblauch .....              | 9.2.3   |

|                                                        |                |
|--------------------------------------------------------|----------------|
| Schmandsoße mit Paprika .....                          | 9.2.3          |
| Schmandsoße mit Tomate .....                           | 9.2.3          |
| Schmandsoße mit Zwiebeln .....                         | 9.2.3          |
| Schmelzen .....                                        | 1.9.10         |
| Schmorbraten .....                                     | 8.1.10         |
| Schmoren .....                                         | 1.9.10/1.10.12 |
| Schnecken, pikante .....                               | 11.1.19        |
| Schneidbewegung .....                                  | 1.3.3          |
| Schneiden von Lebensmitteln .....                      | 1.3.4          |
| Schneller Butterkuchen .....                           | 11.1.32        |
| Schnelles Brot .....                                   | 11.1.14        |
| Schnitzel, natur .....                                 | 8.1.14         |
| Schnitzel, paniert .....                               | 8.1.14         |
| Schoko-Amaranth .....                                  | 11.9.1         |
| Schoko-Bananeneis .....                                | 10.1.5         |
| Schoko-Crossies .....                                  | 11.9.1         |
| Schoko-Hafercreme .....                                | 2.2.12         |
| Schokokuchen .....                                     | 11.5.1         |
| Schokolade, heiße .....                                | 2.4.3          |
| Schokoladen-Bananen-Creme .....                        | 10.3.3         |
| Schokoladenbiskuitrolle mit Kirschen .....             | 11.6.3         |
| Schokoladencantuccini .....                            | 11.3.8         |
| Schokoladencreme .....                                 | 10.3.2         |
| Schokoladenflammeri .....                              | 10.3.2         |
| Schokoladenmakronen .....                              | 11.8.2         |
| Schokoladenmousse .....                                | 10.4.6         |
| Schokoladen-Orangenschnitten .....                     | 11.5.9         |
| Schokoladenplätzchen .....                             | 11.3.12        |
| Schokoladen-Sahnesoße .....                            | 10.6.2         |
| Schokoladen-Sahne-Torte .....                          | 11.6.11        |
| Schokoladensoße .....                                  | 10.6.1         |
| Schokomandelcreme .....                                | 2.2.12         |
| Schoko-Minz-Creme .....                                | 10.3.2         |
| Schokonusscreme .....                                  | 2.2.12         |
| Schokostangen .....                                    | 11.3.12        |
| Schollenfilet, gebraten .....                          | 8.2.1          |
| Schroten .....                                         | 1.3.8/1.9.10   |
| Schwäbischer Kartoffelsalat .....                      | 4.3.5          |
| Schwarzwaldbecher .....                                | 10.2.6         |
| Schwarzwälder-Muffins .....                            | 11.5.17        |
| Schwarz-Weiß-Muffins .....                             | 11.5.17        |
| Schwarzwurzeln .....                                   | 5.1.15         |
| Schweizer Sahneapfel .....                             | 10.5.1         |
| Sellerie-Apfel-Bananen-Salat .....                     | 4.1.22         |
| Sellerie-Apfel-Salat in Zitronen-Ingwer-Dressing ..... | 4.1.21         |
| Sellerie, gebraten .....                               | 6.7            |
| Selleriesalat mit Möhren .....                         | 4.1.19         |

|                                               |                |
|-----------------------------------------------|----------------|
| Semmelknödel .....                            | 7.4            |
| Senfsoße .....                                | 9.1.1          |
| Sesambrötchen .....                           | 11.1.1         |
| Sesambutter .....                             | 2.2.5          |
| Sesamkartoffeln .....                         | 7.1.6          |
| Sesam-Kohlrabi-Taler .....                    | 6.8            |
| Sesamkräcker .....                            | 11.4.8         |
| Sesam-Quarkbrötchen .....                     | 11.2.1         |
| Sesamzopf .....                               | 11.1.15        |
| Sieben .....                                  | 1.9.10         |
| Sieden/Kochen .....                           | 1.9.10/1.10.11 |
| Slow Baking – Brot und Brötchen .....         | 11.1.2         |
| Sour Cream .....                              | 9.2.4          |
| Soße bolognese .....                          | 9.1.5          |
| Soße bolognese, vegetarisch .....             | 9.1.5          |
| Spanische Tapas-Hackbällchen .....            | 8.1.4          |
| Spanischer Kartoffelsalat .....               | 4.3.6          |
| Spargel .....                                 | 5.1.16         |
| Spargel im Knusperteig .....                  | 11.4.7         |
| Spargel-Rucola-Salat .....                    | 4.1.23         |
| Spätzle .....                                 | 7.3.4          |
| Spiegeleier .....                             | 2.3.1          |
| Spinatbiskuitröllchen .....                   | 11.6.13        |
| Spinat mit Sahne .....                        | 5.1.17         |
| Spinatsalat mit Champignons .....             | 4.1.23         |
| Spritzbeutel .....                            | 1.9.5          |
| Spritzgebäck – Viktoria .....                 | 11.7.4         |
| Stachelbeer-Quarkschnitten .....              | 11.5.6         |
| Staudensellerie Salat .....                   | 4.1.22         |
| Steckrübe .....                               | 1.5.6/5.1.17   |
| Steckrübensalat .....                         | 4.1.24         |
| Steif schlagen .....                          | 1.9.11         |
| Stocken .....                                 | 1.9.11         |
| Streuselkuchen .....                          | 11.1.30        |
| Streuselkuchen mit Obst .....                 | 11.1.30        |
| Streuselschnecken .....                       | 11.1.31        |
| Strudel, türkischer .....                     | 11.4.1         |
| Strudelteig – Zutaten und Arbeitsablauf ..... | 11.4.0         |
| Stürzen .....                                 | 1.9.11         |
| Suppeneinlagen .....                          | 3.1.4          |
| Suppengrün .....                              | 1.9.11         |
| Süßes Joghurtdressing .....                   | 4.1.5/4.2.4    |
| Süßkartoffel-Chips .....                      | 12.1           |
| Süßkartoffeln/Bataten vom Blech .....         | 5.1.2          |
| Süß-saure Möhren .....                        | 5.2.3          |
| Süß-saure Paprika .....                       | 5.1.13         |
| Syrischer Linsensalat auf Apfelsinen .....    | 4.3.10         |

|                                                       |             |
|-------------------------------------------------------|-------------|
| Syrischer Weißkohl .....                              | 5.1.19      |
| Syrischer Wirsing .....                               | 5.1.19      |
| <b>Tapas-Hackbällchen, spanische</b> .....            | 8.1.4       |
| Teigtaschen, gefüllt .....                            | 11.1.21     |
| Thymian-Mangold .....                                 | 5.1.11      |
| Tipps zur Herstellung von Biskuittorten .....         | 11.6.8      |
| Tiramisu .....                                        | 10.2.9      |
| Tomatenbutter .....                                   | 2.2.7       |
| Tomaten-Mandel-Dip .....                              | 9.2.7       |
| Tomatennudeln .....                                   | 7.3.2       |
| Tomatenpesto .....                                    | 9.2.4       |
| Tomatenquark .....                                    | 2.2.1       |
| Tomatenreis .....                                     | 7.2.3       |
| Tomaten-Rucola-Butter .....                           | 2.2.5       |
| Tomatensalat .....                                    | 4.1.24      |
| Tomatensoße .....                                     | 9.1.6       |
| Tomatensuppe .....                                    | 3.1.19      |
| Topinambur-Chips .....                                | 12.1        |
| Türkische Pizza .....                                 | 11.1.24     |
| Türkischer Linsensalat .....                          | 4.3.9       |
| Türkischer Strudel .....                              | 11.4.1      |
| Tunnelgriff .....                                     | 1.3.3       |
| <b>Überbacken</b> .....                               | 1.9.11      |
| Überbackener Feta .....                               | 6.27        |
| Überbackenes Fischfilet .....                         | 8.2.11      |
| Überbrühen .....                                      | 1.9.12      |
| Umrechnung von Flüssigkeits- und Gewichtsmengen ..... | 1.2.3       |
| Unterheben .....                                      | 1.9.12      |
| <b>Vanille-Apfel-Creme</b> .....                      | 10.3.1      |
| Vanillecreme .....                                    | 10.3.1      |
| Vanillekipferl .....                                  | 11.3.11     |
| Vanille-Nuss-Creme .....                              | 10.3.1      |
| Vanille-Reis-Creme .....                              | 10.3.1      |
| Vanille-Sahnesoße .....                               | 10.6.2      |
| Vanillesoße .....                                     | 10.6.1      |
| Vegetarische Hamburger .....                          | 8.1.34      |
| Vegetarische Hot Dogs .....                           | 8.1.34      |
| Vegetarische Soße bolognese .....                     | 9.1.5       |
| Vegetarischer Döner .....                             | 8.1.12      |
| Venezianischer Fischeintopf .....                     | 3.2.6       |
| Vollkornbrot .....                                    | 11.1.27     |
| Vollkornnudeln .....                                  | 7.3.1/7.3.3 |
| Vollkornstrudel .....                                 | 11.4.0      |
| Vorbereiten .....                                     | 1.9.12      |

|                                               |             |
|-----------------------------------------------|-------------|
| Vorbereiten von Fisch .....                   | 1.8         |
| Vorbereiten von Fleisch und Geflügel .....    | 1.7         |
| Vorbereiten von Gemüse .....                  | 1.5.1ff.    |
| Vorbereiten von Kräutern .....                | 1.6         |
| Vorbereiten von Obst .....                    | 1.4.1ff.    |
| Vorbereitungsarbeiten .....                   | 1.3.1       |
| <b>Waffeln</b> .....                          | 11.5.16     |
| Waffeln, italienische .....                   | 11.5.15     |
| Waffeln, pikante .....                        | 11.5.19     |
| Waffeln ohne Ei .....                         | 11.5.15     |
| Waldbeerencreme .....                         | 10.4.4      |
| Walnussbutter mit Petersilie .....            | 2.2.6       |
| Walnusspralinen .....                         | 11.9.1      |
| Warmhalten .....                              | 1.9.12      |
| Waschen von Nahrungsmitteln .....             | 1.3.1f.     |
| Wasserbad .....                               | 1.9.12      |
| Weinschaumsoße .....                          | 10.6.3      |
| Weiße Chocolate-Chips-Cookies .....           | 11.5.18     |
| Weißkohl, mariniert .....                     | 5.2.7       |
| Weißkohl oder Wirsing, syrisch .....          | 5.1.19      |
| Weißkohlsalat .....                           | 4.1.25      |
| Weißkohlsalat mit Apfelsinen .....            | 4.1.25      |
| Weißkohlsalat mit Curry .....                 | 4.1.25      |
| Weißkohlsalat mit Joghurtdressing .....       | 4.1.25      |
| Weißkohlsalat mit Nüssen .....                | 4.1.25      |
| Weißkohlsalat mit Schnittlauch .....          | 4.1.25      |
| Weitere Ideen .....                           | 1.12.1      |
| Wildkräuternudeln .....                       | 7.3.2       |
| Windbeutel mit Obstquarkfüllung .....         | 11.7.1      |
| Windbeutel mit Sahnefüllung .....             | 11.7.1      |
| Windbeutel mit Sahne und Obst .....           | 11.7.1      |
| Windmühlen mit Pesto .....                    | 11.4.6      |
| Winterpunsch .....                            | 2.4.4       |
| Wintersalat mit Chicorée und roter Bete ..... | 4.1.3       |
| <b>Zanderfilet Ulrichshusen</b> .....         | 8.2.7       |
| Zaziki .....                                  | 9.2.1       |
| Zeittabelle .....                             | 0.2         |
| Zerlassen .....                               | 1.9.13      |
| Zerkleinern von Nahrungsmitteln .....         | 1.3.3       |
| Zimttaler .....                               | 11.3.10     |
| Zitronencantuccini .....                      | 11.3.8      |
| Zitronendressing .....                        | 4.1.5/4.2.2 |
| Zitronendressing mit Kräutern .....           | 4.2.2       |
| Zitronendressing mit Zwiebel .....            | 4.2.2       |
| Zitronen-Mandel-Quark .....                   | 10.2.4      |

|                                 |         |
|---------------------------------|---------|
| Zitronen-Quark-Sahnetorte ..... | 11.5.13 |
| Zitronenschaumsoße .....        | 10.6.3  |
| Zitronen-Schmand-Dressing ..... | 4.2.4   |
| Zitrontaler .....               | 11.3.14 |
| Zucchini .....                  | 5.1.18  |
| Zucchini, gebraten .....        | 6.7     |
| Zucchini, mariniert .....       | 5.2.7   |
| Zucchinirollchen .....          | 5.2.8   |
| Zucchini Salat .....            | 4.1.23  |
| Zucchini Salat, bunt .....      | 4.1.15  |
| Zucchini Suppe .....            | 3.1.9   |
| Zwetschgeneis .....             | 10.1.6  |
| Zwetschgenspalten .....         | 12.2    |
| Zwetschenstrudel .....          | 11.4.2  |
| Zwiebelbrötchen .....           | 11.1.1  |
| Zwiebelgulasch .....            | 8.1.8   |
| Zwiebelkuchen .....             | 11.1.18 |
| Zwiebelquark .....              | 9.2.2   |
| Zwiebel-Quarkbrötchen .....     | 11.2.1  |
| Zwiebelsuppe .....              | 3.1.16  |