

6 Einleitung

- 6 Vorwort
- 9 Landfrauen in Kröppelshagen
Um Stich zwölf Uhr gab's Mittag
- 19 Die Gemüseküche von Dusko Fiedler
Ein Kochkurs in 10 Lektionen
- 22 Erste Lektion: Gemüse schneiden
- 24 Zweite Lektion: Der Fond
- 26 Dritte Lektion: Das Garen
- 35 Vierte Lektion: Das Püree
- 37 Fünfte Lektion: Die Soße
- 40 Sechst Lektion: Die Suppe
- 43 Siebte Lektion: Das Karamellisieren
- 46 Achte Lektion: Kräuter in der Küche
- 50 Neunte Lektion: Die Gewürze
- 52 Zehnte Lektion: Das, was satt macht

57 Frühling

- 59 Karin Götz und Wolfgang Hundbiss
**Schön ist, wenn die Sachen
eine Geschichte haben**
- 66 Erdbeeren
- 68 Rhabarber
- 71 Spargel

75 Sommer

- 77 Andrea Hellmich
Ich koste alles, was ich nicht kenne
- 84 Olaf Schnelle und Ralf Hiener
Es musste sich nur einer bücken
- 94 Johannisbeeren
- 97 Himbeeren
- 98 Holunder
- 100 Kirschen
- 101 Erbsen
- 103 Fenchel
- 104 Kräuter
- 109 Salat
- 112 Tomaten

115 Herbst

- 117 Viktoria von dem Bussche
**Ali das hatte einen
wahnsinnigen Zauber für mich**
- 127 Frank Fischer
**Chili zum Frühstück, zum
Mittag, den ganzen Tag lang**
- 132 Apfel
- 136 Birne
- 138 Pflaumen
- 140 Bohnen
- 144 Chili
- 146 Gurken
- 147 Kürbis
- 150 Porree
- 151 Rote Bete

155 Winter

- 156 Ludwig Watschong
Desto heller strahlt der Luxus
- 164 Kartoffeln
- 167 Kohl
- 170 Rüben
- 172 Sellerie
- 173 Zwiebeln

175 Vorratshaltung

- 176 Einkochen
- 178 Tiefkühlen
- 180 Einlagern
- 186 Marmeladen kochen
- 188 Einlegen (in Alkohol, Öl, Zucker,
Essig, Salz)

196 Anhang

- 196 Stichwortverzeichnis
- 198 Literatur
- 199 Über die Autorinnen