

## Seite 4

### MODERN, TRADITIONELL, DEUTSCH

Ein Plädoyer unseres Autors Matthias F. Mangold für eine kreative Rückschau auf den deutschen Küchenschatz, verbunden mit den Bedürfnissen von heute

## Seite 8

### 17 AROMEN MIT CHARAKTER

Ob Meerrettich, Petersilie, Walnuss, Senf oder Essig, Rhabarber, Holunder, Kümmel, Muskatnuss oder Rote Bete – diese und noch sieben weitere gehören schon immer und heute erst recht zu den urigsten Zutaten der deutschen Küche. Einzigartig, unverzichtbar!

Seite 12

### Imbiss, Brotzeit und andere kleine

## SNACKS

Rezepte von Brotaufstrich über Brathering bis Flammkuchen vegetarisch

### SELBERMACHEN:

Seite 14 SAUERTEIGBROT

Seite 26 RÄUCHERFISCH

Seite 38 GEWÜRZGURKEN

## Seite 16

STORY: VON WEGEN VERSEMMELT!  
DER DEUTSCHEN TRAUM: GUTES BROT

## Seite 28

STORY: STREET FOOD  
VON DER HAND IN DEN MUND

Es geht nicht ohne

# SUPPE & SALAT

Rezepte von Spargelsuppe über Roten Heringssalat bis Feldsalat mit Dörrpflaumen

## Seite 42

### SELBERMACHEN: RINDERFOND

## Seite 56

STORY: WATT WUNDERBAR SALZIG!  
KRÄUTER UND LÄMMER VON WATT  
UND DEICH

Seite 60

### Kraut & Rüben und noch viel mehr

Seite 66

## GEMÜSE

Rezepte von Gebratenem Rosenkohl über Pfifferlinggratin bis Tomaten-Lauch-Tarte

## Seite 78

### SELBERMACHEN: SAUERKRAUT

## Seite 70

STORY: DIE SCHREBERGÄRTNER 2.0  
WERDE DEIN EIGENER BAUER!

*Kartoffeln, Nudeln  
& Co, immer leckere*

## **SATT- MACHER**

Rezepte von Himmel und Erde über Kürbis-  
spätzle bis Pilzmaulnaschen

*Seite 106*

SELBERMACHEN: NUDELTEIG

*Geflügel, Wild und  
richtig Gutes mit*

## **FLEISCH**

Rezepte von Zwiebelrostbraten über  
Hühnerfrikassee bis Hasenpfeffer

*Seite 116*

SELBERMACHEN: BRATWURST

*Seite 118*

STORY: BIER HER! BIER HER!  
DIE NEUE LUST AN BLOND UND DUNKEL

*Seite 134*

STORY: DEUTSCHER WEIN RELOADED  
AUF DER ÜBERHOLSPUR

*Aus Fluss und  
Bach, See und Meer*

## **FISCH & MEHR**

Rezepte von Pannfisch mit Senfsauce über  
Grillforelle bis Muscheltopf-Variationen

*Seite 150*

STORY: ENTERTAINMENT FISCH  
VIELFALT AUS DEUTSCHEN GEWÄSSERN

*Jetzt gibt's Kuchen und  
noch viel mehr*

## **SÜSSES**

Rezepte von Rote Grütze über Käsekuchen  
und Erdbeerschnitten bis Franzbrötchen

*Seite 170*

SELBERMACHEN: MARMELADE

*Seite 188*

STORY: SCHWIPP-SCHWAPP FÜR QUALITÄT  
WAS SCHOKOLADE WIRKLICH AUSMACHT

*Seite 192* REGISTER

*Seite 200* IMPRESSUM