

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!

*Imbiss, Brotzeit und
andere kleine*

Seite 12

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 Dörripflaumen

Seite 42

SELBERMACHEN: RINDERFOND

Seite 56

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

*Kraut & Rüben und
noch viel mehr*

Seite 68

GEMÜSE

Rezepte von Gebratenem Rosenkohl über
Pflifferlinggratin 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 Pilzmaultaschen

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