

INHALTSVERZEICHNIS

8 EINLEITUNG

9 ASCHKENASISCH, SEPHARDISCH, MIZRAHISCH: VIELE KULTUREN, EINE KÜCHE

10 EIN PAAR WORTE ZUR KOSCHEREN KÜCHE

13 DAS KLEINE KÜCHENEINMALEINS

KAPITEL EINS

FRÜHSTÜCK

- 16 Knuspermüsli mit getrockneten Äpfeln und Honig
- 17 Knuspermüsli mit Pistazien und schwarzem Pfeffer
- 18 Matzen-Knuspermüsli mit Kokos und Walnüssen
- 20 Pikante Cheddarplätzchen
- 21 Das Frühstück meiner Urgroßmutter
- 23 Schmandkuchen mit Pektinstreuseln
- 25 Kürbismuffins mit Schokostückchen
- 26 Pfannkuchen mit Zimtapfelmus
- 28 „Arme Ritter“ mit geschmorten Tomaten und Za’atar-Butter
- 30 Schakschuka auf meine Art
- 32 Omelett mit Schalotte, Lauch und Ingwer
- 33 Tomaten-Mozzarella-Basilikumfrittata
- 34 Dreierlei vom Matzenbrei
- 36 Geräuchertes Lachshaschee mit Zitronen-Minzvinaigrette
- 37 Röstkartoffeln mit geräucherter Paprika
- 38 Kartoffelplinsen mit Knoblauch
- 41 Ricottaplinsen mit Orangenzecken
- 43 Apfel-Cranberry-Chremslach

KAPITEL ZWEI

SALATE UND MEHR

- 46 Frühlingserbsensalat mit Nussbuttermilchvinaigrette
- 47 Zuckerschoten-Maissalat mit Basilikum
- 48 Tomatensalat mit frittierten Kapern
- 49 Israelischer Wassermelonensalat
- 50 Karottensalat mit Minze und Datteln
- 52 Römersalatherzen mit Buttermilch-dressing
- 53 Avocados und weiße Bohnen mit Basilikum-Minzpesto
- 54 Rucola mit gegrillter Birne, Fenchel und gerösteten Walnüssen
- 56 Die neue israelische Küche wird global
- 59 Rote-Bete-Salat mit Fenchel, Kapern und Salzzitronen
- 60 Salat von gerösteter Paprika und schwarzen Oliven
- 61 Salat von Rotkohl und roter Bete mit karamellisierten Walnüssen
- 62 Matbucha
- 63 Taboulé
- 64 Fatousch
- 65 Unglaublich cremiger Hummus
- 66 Hummus im Basar
- 68 Gehackte Hühnerleber
- 69 Falsche gehackte Leber

KAPITEL DREI

SUPPEN

- 72 20-Knoblauchzehen-Borschtsch
- 73 Gerstensuppe mit Wildpilzen
- 74 Kichererbsen-Tomatensuppe mit Spinat
- 76 Butternusskürbissuppe mit Birnen
- 77 Jüdische Landwirtschaft in Amerika
- 78 Samtige Sauerampfersuppe mit Harissa
- 80 Rustikale Gemüsesuppe mit Dillklößchen
- 82 Doro Wot — Äthiopischer Huhnertopf
- 83 Herbstliche Suppe mit Chorizo und getrockneten Tomaten
- 85 Klassische Hühnersuppe
- 86 Chili von schwarzen Bohnen und Süßkartoffel

KAPITEL VIER

GEMÜSE

- 90 Concia — Marinierte Zucchini
- 91 Gegrillte Zucchini mit Balsamicodressing
- 92 Gedünstete grüne Bohnen mit Labneh und Mandeln
- 94 Schabbatessen in Rom
- 95 Purierte Karotten mit Orange und Ingwer
- 96 Bulbes mit Kapern und Zitrone
- 97 Geröstete weiße Rubchen
- 98 Gerosteter Delicatakurbis mit Thymian
- 99 Gebackener Spargel mit Misoauce
- 101 Auberginencrostoni
- 102 Frittierte Blumenkohlroschen mit Koriandersauce
- 103 Gebackene Champignons mit Mais in Balsamico
- 104 Gebackener Brokkoli mit Schalotten und Zitrone
- 105 Gebackene Blumenkohlroschen mit roten Zwiebeln
- 106 Keftedes de prasa — Sephardische Lauchplätzchen
- 107 Kartoffellatkes mit Apfel-Dattelhutney und Zimtschmand

- 110 Rote-Betelatkes mit Ziegenkäseschmand
- 111 Kürbiskugel mit Knusperschalotten
- 112 Kartoffel-Lauchkugel
- 113 Frittierte grüne Oliven
- 114 Fenchelgratin
- 116 Mango-Ingwerzimme
- 117 Kohlstrudel mit Kummel

KAPITEL FÜNF

NUDELN, MATZEN, KÖRNER UND BOHNEN

- 122 Cremige Eiernudeln mit Zitrone, Minze und Schnittlauch
- 123 Nudelkugel mit Kirschen und Feigen
- 126 Kascha Warnischkes
- 129 Kreplach mit Rinderhack, Ingwer und Koriandergrün
- 131 Pikanter Matzen-Farfel
- 132 Petersilien-Matzenballchen
- 133 Jalapeño-Matzenbällchen
- 134 Dolmades
- 136 Reis mit Dill und Limabohnen
- 137 Safran-Pilaw
- 138 Bucharisches Rindfleisch mit Karotten-Pilaw
- 140 Mamaliga
- 141 Couscous mit Pinienkernen und Frühlingszwiebeln
- 142 Israelischer Couscous mit gerösteten Mandeln
- 143 Vegetarischer Tscholent
- 144 Couscous mit Kürbis und Kichererbsen
- 146 Bulgur mit Granatapfel und Walnüssen
- 148 Farrosalat mit Mais und Jalapeño
- 149 Ful Mudammas mit pochierten Eiern
- 152 Chamin mit Rindfleisch und Kichererbsen

KAPITEL SECHS

FISCH, HUHN UND FLEISCH

- 156 Tilapia in wurziger Tomatensauce
- 157 Gebackene Seezunge mit bitterem Gemüse
- 158 Gegrillter Lachs mit Orange und Kräutern
- 159 Greek-Goddess-Lachs
- 160 Graved Lachs mit Zitrusaroma
- 163 „Appetizing“. Der New Yorker Cousin des „Delicatessen“-Geschäfts
- 164 Gefilte Fisch im Weißwein-Kräuterfond
- 167 Gefilte Fisch: Alte und neue Schule
- 168 Marokkanisches Huhn mit Salzzitronen
- 169 Geschmortes Huhn mit Cidre
- 170 Gebratenes Huhn mit Fenchel und Orange
- 172 Brathähnchen mit Rosmarin und Ahornsirup
- 173 Hühnerschnitzel mit Kapernvinaigrette
- 176 Steak und Za'atar Fajitas
- 179 Rinderbrust mit Rotwein und Honig
- 181 Penne mit Chorizo, Paprika und Baharat
- 182 Fleischballchen mit Granatapfelsirup
- 184 Gefüllte Paprikaschoten mit Rinderhack und Pilzen

KAPITEL SIEBEN

VEGETARISCHE HAUPTSPEISEN

- 188 Panierte Auberginenscheiben mit Zitronenvinaigrette
- 189 Ein Manifest für veritable vegetarische Hauptspeisen
- 190 Spinat-Schakschuka
- 192 Würzige Linsenburger
- 193 Süßkartoffel-Frittata
- 195 Gefüllte Paprikaschoten mit Steinpilzen, Tomaten und Palmkohl
- 196 Gerösteter Seitan mit Zimt und Zwiebeln
- 197 Gegrillte Riesenchampignons mit Kräutern und Mozzarella

- 198 Pilz-Ziegenkasetarte

- 200 Gebackene Rigatoni mit karamellisierten Cherrytomaten

- 203 Spinat-Matzenlasagne

- 204 Gebratene Tofuscheiben in Schalotten-sauce

KAPITEL ACHT

BROTE UND TEIGWAREN

- 208 Berches oder Challa

- 211 Klassischer Berches

- 212 Berches Schritt für Schritt

- 214 Berches mit Lauch und Thymian

- 216 Berches mit Kürbis und Apfelkraut

- 218 Hausgemachte Bagels

- 220 Pletzl

- 223 Käse-Spinatbureka

- 224 Salbei-Kurbisbureka

- 226 Pfirsich-Himbeertarte

- 228 Schokoladen-Himbeerbabka

- 231 Babka Schritt für Schritt

- 232 Glasierte Sufganiot mit Erdnussbutter-creme

KAPITEL NEUN

PLÄTZCHEN, KUCHEN UND ANDERE SÜSSIGKEITEN

- 237 Süße Hamantaschn
- 239 Lekvar — Pflaumenmus
- 240 Goldene Aprikosenfüllung
- 241 Schokoladen-Mohnfüllung
- 242 Pikante Hamantaschn
- 244 Süßkartoffel-Parmesanfüllung
- 245 Tomaten-Rinderhackfüllung
- 246 Kein Purimfest ohne Hamantaschn
- 247 Hamantaschn Schritt für Schritt
- 249 Haselnuss-Mandelhornchen
- 252 Schokoladen-Mandelbaisers
- 254 Rugelach mit zweierlei Füllungen
- 256 Mandelbrot
- 257 Kokosmakronen
- 258 Rhabarber-Haferflockenriegel
- 260 Glasierter Orangen-Maiskuchen
- 262 Honiglekach — Honigkuchen
- 263 Pessach-Birnenkuchen
- 264 Pflaumen-Mandelkuchen
- 266 Gestürzter Apfelkuchen
- 268 Kabocha-Schokokuchen
- 270 Schokoladen-Bananengugelhupf
- 271 Ricotta-Krustenkuchen mit Himbeersauce
- 274 Schoko-Käsekuchen mit Karamellsahne
- 276 Käsekuchen mit Mandel-Shortbreadkruste
- 277 Juwelen-Reispudding
- 278 Matzenkonfekt mit Schokokaramell und Pistazien
- 280 Gerostete Feigen mit Pistazien, Tahini und Vanilleeis
- 281 Gebackene Birnen mit Ahornsirup und Kardamom
- 282 In Schokolade getunkte Feigen
- 283 Schoko-Erdbeereiersahne

KAPITEL ZEHN

FÜLLUNGEN UND MEHR

- 286 In Rosmarin gerosteter Knoblauch für Berches
- 287 Zimt-Honig-Tahinicareme
- 288 Acht unglaublich gute Philadelphia-Aufstriche
- 290 Aschkenasisches Charosset
- 291 Sephardisches Charosset
- 292 Hühnerschmalz mit Gribenes
- 293 Cremige Meerrettich-Kräutersauce
- 294 Salzzitronen
- 296 Würzige Dillgurken
- 297 Baharat

KAPITEL ELF

DIE FESTE

- 300 Schabbat
- 303 Purim
- 304 Pessach
- 307 Schawuot
- 308 Rosch ha-Schana
- 310 Jom Kippur
- 312 Laubhüttenfest/Sukkot
- 314 Chanukka

ANHANG

DIE REGISTER

- 316 Allgemeines Register
- 317 Zutatenregister
- 320 Danksagung