

Suppen & Eintöpf

Allgäuer Käsesuppe	6	Polenta-Gemüsesuppe mit Kasselerstreifen	172
Amerikanischer Bohneneintopf mit Erdnüssen	7	Pürierte Erbsensuppe mit Lachs	174
Blumenkohlsuppe „Grün-Weiß“	23	Puten-Pilaw	178
Bohneneintopf	24	Radieschensuppe	181
Bohneneintopf mit Birnen	24	Reistopf, Bologneser	29
Bohneneintopf mit Erdnüssen, amerikanischer	7	Scharfe China-Suppe	203
Bohneneintopf mit Oliven	24	Sellerie-Apfel-Suppe mit Wasabi	216
Bologneser Reistopf	29	Spinatsuppe mit gebratenem Ei	228
Brokkolicremesuppe, leichte	139	Spirelli-Topf mit Rauchenden	230
Bulgur mit Würstelragout	34	Steckrübensuppe mit Salami und Petersilie	233
Chili con Carne	44	Süßsaure Caponata	238
Chinakohleintopf	45	Tomatensuppe	253
China-Suppe, scharfe	203	Wirsingsuppe mit Kräuter-Pesto	265
Erbsensuppe für Eilige	57	Würzige Kartoffel-Bohnen-Suppe	267
Erbsensuppe mit Lachs, pürierte	174	Zitronen-Parmesan-Suppe	272
Fenchel-Zitronen-Suppe mit Lachs	59	Zucchini-Käse-Suppe	274
Fisch-Eintopf mit Paprika-Dip, mediterraner	148		
Fischsuppe	69		
French Toast	74		
Gurkensuppe mit Joghurt	97		
Hackfleisch-Tandoori-Suppe	102		
Hühnersuppe, indische	203		
Indische Hühnersuppe	203		
Kartoffel-Bohnen-Suppe, würzige	267		
Kartoffel-Möhren-Suppe mit Erdnusscreme	118		
Kartoffelsuppe	123		
Käsesuppe, Allgäuer	6		
Kokossuppe mit Huhn und Koriander	130		
Leichte Brokkolicremesuppe	139		
Letscho mit mediterranem Touch	140		
Linscremesuppe mit Ziegenkäsenocken	143		
Maultaschensuppe, feine	147		
Mediterraner Fisch-Eintopf mit Paprika-Dip	148		
Meerrettich-Pastinaken-Suppe mit Schinken-Chips	150		
Misosuppe mit Zuckerschoten	155		
Nudeltopf mit Cabanossi	159		

Vegetarisches

Amerikanischer Bohneneintopf mit Erdnüssen	7
Apfelpfannkuchen	9
Apfelreis (Frühstücksreis mit Apfelstücken)	10
Arabische Zwiebel-Pasta	11
Bandnudeln mit Spargel-Tomaten-Sauce	16
Blätterteigschnecken	20
Blätterteigschnecken mit Tomaten und Kapern	20
Blumenkohlcurry	23
Blumenkohlsuppe „Grün-Weiß“	23
Bohneneintopf	24
Bohneneintopf mit Birnen	24
Bohneneintopf mit Erdnüssen, amerikanischer	7
Bohneneintopf mit Oliven	24
Bohnenpäckchen	26
Bruschetta „Toskana“	34
Bulgur-Gemüse-Pfanne	36
Champignon-Brokkoli-Gratin	40
Champignonbrötchen	41
Couscous-Salat	50

Currygemüse mit Nüssen	52	Mandel-Safran-Reis	145
Eier in Gemüse	54	Mikrowellen-Gemüse-Gnocchi.	152
Eierpfannkuchen	55	Milchreis	153
Eisbergsalat „Alaska“	56	Milchreiswaffeln mit roter Grütze	154
Erbsensuppe für Eilige	57	Nudelsalat, fruchtiger	75
Farfalle mit Basilikumpesto.	58	Nudelspieße, überbackene	158
Frankfurter Grüne Sauce	72	Omeletts mit Schnittknoblauch und Schafskäse	161
Französischer Winzerauflauf	73	Paprika-Hoppel-Poppel.	163
Fruchtiger Nudelsalat	75	Penne mit Kürbis und Kapern	166
Gado Gado (Gemüse mit Erdnussssauce)	77	Pfannkuchen, pikante	9
Gebackener Käse	79	Pikante Pfannkuchen	9
Gebratene Möhren-Gurken-Pfanne	80	Quarkschmarren	180
Gebratener Chinakohl	81	Radieschensuppe	181
Gemüse mit Erdnussssauce (Gado Gado)	77	Reismehl-Crêpes	186
Gemüsepflanne mit Tomatensauce	86	Reispuffer mit Möhre und Frühlingszwiebeln	185
Gemüsepflankuchen	87	Rote Bete mit Kartoffelpüree-Walnuss-Haube	195
Gemüseplatte mit Käsesauce	88	Rote-Linsen-Salat	196
Geschmolzene Tomaten mit Mozzarella	90	Sesambagel mit Heidelbeerfrischkäse	217
Gnocchi-Champignon-Pfanne	92	Spaghetti aglio olio	220
Gratinierte Ricotta-Spinat-Ravioli mit Dalkonkresse	93	Spaghettifanze „Bella Italia“	222
Grüne Sauce, Frankfurter	72	Spaghettisalat, chinesischer	223
Gurkensuppe mit Joghurt	97	Spargel, gratinierter	224
Halloumi mit Tomaten-Kapern-Sugo, gegrillter	111	Spinatnußeln	227
Heidelbeerpfannkuchen	112	Spinatsuppe mit gebratenem Ei	228
Indianersalat	114	Steirischer Kartoffelsalat	234
Kaiserschmarren	116	Süßkartoffel-Couscous-Salat.	236
Kaiserschmarren mit Apfel und Sauerkirschen	116	Süßkartoffelsalat mit Roter Bete	236
Kaiserschmarren mit Nuss-Nougat	116	Süßsaure Caponata	238
Käsebrot aus dem Ofen	124	Tagliatelle mit Rucola-Tomaten-Sauce	239
Kichererbsen-Zucchini-Salat mit Minz-Joghurt	127	Thai-Nudeln	245
Knoblauchspätzle mit grünem Spargel	128	Thymian- oder Rosmarinbaguettes	246
Kürbis mit Zartweizen, überbackener	257	Tomaten mit Mozzarella, geschmolzene	90
Lauchkuchen	138	Tomatenreis mit Auberginen	252
Linguine mit Ziegenfrischkäsesauce	142	Tomatensuppe	253
Linsencremesuppe mit Ziegenkäsenocken	143	Tortellini mit Walnusskernen	254
Makkaroni mit Schafskäsesauce	144	Trauben-Apfel-Salat mit Kapern	256
		Überbackener Kürbis mit Zartweizen	257

Winzerauflauf, französischer	73	Gemüserisotto mit Schinken und Käse	89
Zaziki	270	Geschnetzeltes mit Frischkäse	91
Zimttoasts mit Obstspießen	271	Gyros-Pilz-Taschen	98
Zitronen-Pasta-Salat	273	Gyros-Pizza	99
Zucchini-Käse-Suppe	274	Hackbällchen auf Gemüestreifen	100
Zwiebelpfannkuchen mit Kokossauce . . .	280	Hackfleisch-Tandoori-Suppe	102
		Hacknester	103
		Hähnchencurry	104
Mit Fleisch & Wurst			
Asia-Bratnuedeln	12	Hähnchenflügel aus der Mikrowelle, würzige	105
Asiatische Nudelpfanne	14	Hähnchenflügel, ungarisch	106
Asiatisches Lammfleisch	15	Hähnchen-Frühlingszwiebel-Auflauf	107
Bauernfrühstück	18	Hähnchen-Nudelsalat	108
Bierkotelett	19	Hähnchenpfanne, bunte	109
Blitz-Ravioli, gratinierte	21	Hähnchenpizza, feurige	60
Bohnensalat mit Steakstreifen	27	Hähnchensalat California Style	110
Bologneser Reistopf	29	Hühnersuppe, indische	203
Bologneser Sauce	29	Indische Hühnersuppe	203
Bratwurstsalat	30	Jagdwurstpfanne	115
Brokkoli-Reis-Pfanne	31	Kaninchenpfanne mit Pilzen	117
Bulgur mit Würstelragout	34	Kartoffel-Bohnen-Suppe, würzige	267
Bunter Wurstsalat mit Mozzarella-Kugeln .	37	Kartoffel-Möhren-Suppe mit Erdnusscreme	118
Champignon-Omelett	42	Kartoffelpfanne	120
Chicken-Crossies	43	Kartoffelsalat to go	122
Chili con Carne	44	Kartoffel-Schinken-Salat	234
Chinakohleintopf	45	Kasselerröllchen mit Radieschen-Frischkäse auf Toast	125
China-Suppe, scharfe	203	Kokossuppe mit Huhn und Koriander	130
Chorizo-Tortiglioni-Pfanne	46	Kreolische Schnitzel-Pfanne	132
Club Sandwich	48	Lagerfeuerpfanne	135
Currywurst de Luxe mit Garnelen	53	Lammfilet mit Fenchel und Pesto	136
Feurige Hähnchenpizza	60	Lammfleisch, asiatisches	15
Filetpfanne	60	Lammpfanne mit Auberginen und Kichererbsen	137
Filetsteak mit Balsamico-Linsen und Mango-Tatar	62	Letscho mit mediterranem Touch	140
Fladenbrot-Hähnchen-Pizza	70	Linguine mit scharfer Rinderhüfte	141
Frühlingszwiebelauflauf	76	Matrosengericht (Labskaus)	146
Geflügel-Gemüse-Pfanne	82	Meerrettich-Pastinaken-Suppe mit Schinken-Chips	150
Geflügelstreifenpfanne mit rot-grünem Gemüse	83		
Gelbes Rindfleischcurry	84		
Gemüse-Mett-Bötchen	85		

Melonen-Hähnchen-Pfanne	151	Saltimbocca alla romana	200
Nudelpfanne, asiatische	14	Scharfe China-Suppe	203
Nudelsalat all'arlecchino	156	Schinken-Fisch-Päckchen zu Rucola-Pasta	204
Nudelsalat all'arrabbiata.	157	Schmorpfanne mit Leberkäse und Gurken	206
Nudeltopf mit Cabanossi	159	Schupfnudelauflauf mit Kasseler	207
Orecchiette-Blumenkohl-Pfanne	162	Schweinefilet in Senf-Salbei-Sauce zu Kohlrabi-Kartoffel-Risotto	208
Penne mit Entenbrust.	164	Schweinefilet, süßsauer	210
Pfannen-Pizza-Brot	167	Schweinesteak mit Tomaten-Oliven-Gemüse	211
Pfeffer-Roastbeef mit Kichererbsen-Dip	168	Sellerie-Apfel-Püree mit Röstzwiebelringen und Kasseler	214
Pilzfrikadellen, ungarische Art	169	Sellerie-Apfel-Salat mit Putenschnitzeln	215
Pizza, texanische	244	Slim-Frikadelle auf Petersilien-Mashed-Potatoes	219
Pizzabrötchen	85	Spaghetti mit Schinken-Creme-Sauce	221
Pizza-Nudel-Pfanne	170	Spargelrisotto „Milano“	89
Pizza-Toasts	171	Spätzle mit Lamm-Sugo	225
Polenta-Gemüsesuppe mit Kasselerstreifen	172	Spirelli mit Puten-Schnitzelchen	229
Porree-Linsen-Auflauf mit Lamm	173	Spirelli-Topf mit Rauchenden	230
Putenbrustpfanne mit Aprikosen und Rosmarin	175	Spitzkohl-Fleischwurst-Pfanne mit Spätzle	231
Putenfilet mit Avocado-Zitrusfrucht-Salsa.	176	Steaksandwich	232
Putenmedaillons auf Birnen-Möhren-Salat	177	Steckrübensuppe mit Salami und Petersilie	233
Puten-Pilaw	178	Strammer Max	235
Puten-Soufflaki zu Kräuter-Reisnudeln	179	Tandoori-Pastinaken-Gratin mit Schinken	241
Rahmschnitzel mit Zwiebel-Kräuter-Kruste	182	Teufelssalat	243
Reis mit Erbsen (Risi e pisi)	192	Texanische Pizza	244
Reis-Kohlrabi-Puffer mit Schinkenquark.	185	Thailändischer Rindfleischsalat	247
Reispfanne mit Rinderfilet	187	Toast-Burger mit Salat	250
Reistopf, Bologneser	29	Tortellini-Auflauf mit Pesto	255
Rettich-Schnittchen mit Geflügelwurst	188	Waldpilzsalat	259
Rinderfilet „Lukullus“	189	Weißkohlsalat mit Speck	262
Rinderfilet mit Vollkornnu deln und Pilzen	190	Wiener Schnitzel	263
Rinderhüfte im Bagel	191	Wirsing in Orangen-Senf-Rahm zu Minuten-Schnitzelchen	264
Rindfleischcurry, gelbes	84	Wirsingsuppe mit Kräuter-Pesto	265
Rindfleischsalat, thailändischer	247	Wurst-Käse-Salat	266
Risi e pisi (Reis mit Erbsen)	192		
Rosinen-Spitzkohl-Pfanne mit Schweinefilet	193		
Rucola-Salat	197		
Rucola-Salat mit Hähnchenbruststreifen	197		
Rumpsteaks mit Zwiebeln.	199		

Würzige Kartoffel-Bohnen-Suppe	267	Leichte Brokkolicremesuppe	139	
Zitronen-Parmesan-Suppe	272	Matrosengericht (Labskaus)	146	
Zürcher Geschnetzeltes	275	Maultaschensuppe, feine	147	
Zwiebelmett-Pizza	279	Mediterraner Fisch-Eintopf mit Paprika-Dip	148	
Mit Fisch & Meeresfrüchten				
Asia-Schupfnudel-Pfanne	13	Mediterraner Nudelsalat mit Tunfisch-Dressing	149	
Bandnudeln mit Meeresfrüchten und Tomaten, grüne	95	Nudelsalat mit Tunfisch-Dressing, mediterraner	149	
Bandnudelpfanne mit Muscheln	17	Oliven-Tunfisch-Pfanne mit Ravioli	160	
Blitz-Kartoffelsalate, zweierlei	276	Pürierte Erbsensuppe mit Lachs	174	
Brokkolicremesuppe, leichte	139	Räucherfischpfanne	183	
Brotauflauf mit geräucherter Forelle	32	Räucherfischpfanne mit Stremel-Lachs	183	
Bruschetta mit Sardellen	33	Red-Snapper-Filets mit Mango-Paprika-Salat	184	
Cannelloni mit Lachs oder mit Spinat-Ricotta	38	Röstkartoffeln mit Garnelen und Gurken-Dip	194	
Coleslaw mit fruchtig-scharfen Garnelen	49	Rührei mit Gambas und Koriander	198	
Currywurst de Luxe mit Garnelen	53	Saltimbocca vom Seeteufel	201	
Erbsensuppe mit Lachs, pürierte	174	Schinken-Fisch-Päckchen zu Rucola-Pasta	204	
Fenchel-Zitronen-Suppe mit Lachs	59	Seelachs auf Zitronenspinat mit Möhrenreis	212	
Fischburger	63	Seelachsfilet mit Ofentomaten	213	
Fisch-Eintopf mit Paprika-Dip, mediterraner	148	Sellerie-Apfel-Suppe mit Wasabi	216	
Fischerfrühstück	64	Shrimps mit buntem Bratreis und Eiern	218	
Fischfilet auf mediterranem Gemüse	65	Speckschollen	226	
Fischfilet mit Melonen-Ingwer-Relish	66	Tandoori-Garnelen mit Spinat	240	
Fischpfanne mit Muscheln	67	Teriyaki-Asia-Pfanne	242	
Fischpfanne „Schanghai“	68	Tilapiafilet „Bordelaise“	248	
Fischsuppe	69	Tintenfischringe, gebackene	249	
Fladenbrote, gefüllte	70	Wasabi-Seelachs mit Gurken-Sprossen-Salat	260	
Garnelen mit Kokosmilch und Chili	78	Zander auf dem Fenchelbett	269	
Grüne Bandnudeln mit Meeresfrüchten und Tomaten	95	Zweierlei Blitz-Kartoffelsalate	276	
Gurken-Minze-Pfanne mit Shrimps	96	Aus dem Ofen		
Herings-Quark-Topf	113	Blätterteigschnecken	20	
Kartoffelpuffer-Lachs-Auflauf	121	Blätterteigschnecken mit Tomaten und Kapern	20	
Kartoffelsalat mit Limette und Forelle	276			
Kartoffelsalat mit Tunfisch und Avocado	276			
Knusper-Fischstücke aus dem Ofen	129			
Kräuterdorsch mit Gurken und Dill	131			
Lachs-Champignon-Pfanne mit Wirsing	134			

Blitz-Ravioli, gratinierte	21	Spargel, gratinierter	224
Bohnenpäckchen	26	Tandoori-Pastinaken-Gratin mit Schinken . .	241
Brotauflauf mit geräucherter Forelle	32	Texanische Pizza	244
Cannelloni mit Lachs oder mit Spinat-Ricotta	38	Thymian- oder Rosmarinbaguettes	246
Champignon-Brokkoli-Gratin	40	Tilapiafilet „Bordelaise“	248
Champignonbrötchen	41	Tortellini-Auflauf mit Pesto	255
Eier in Gemüse	54	Überbackener Kürbis mit Zartweizen	257
Feurige Hähnchenpizza	60	Winzerauflauf, französischer	73
Fladenbrot-Hähnchen-Pizza	70	Zwiebelmett-Pizza	279
Französischer Winzerauflauf	73		
Frühlingszwiebelauflauf	76		
Gebackener Käse	79		
Gemüse-Mett-Brötchen	85		
Gratinierte Ricotta-Spinat-Ravioli mit Daikonkresse	93		
Gyros-Pizza	99		
Hacknester	103		
Hähnchen-Frühlingszwiebel-Auflauf	107		
Hähnchenpizza, feurige	60		
Kartoffelpuffer-Lachs-Auflauf	121		
Käsebrot aus dem Ofen	124		
Knusper-Fischstücke aus dem Ofen	129		
Kräuterdorsch mit Gurken und Dill	131		
Kürbis mit Zartweizen, überbackener	257		
Lauchkuchen	138		
Nudelspieße, überbackene	158		
Pizza, texanische	244		
Pizzabrötkchen	85		
Porree-Linsen-Auflauf mit Lamm	173		
Rahmschnitzel mit Zwiebel-Kräuter-Kruste	182		
Rinderfilet „Lukullus“	189		
Rote Bete mit Kartoffelpüree-Walnuss-Haube	195		
Schupfnudelauf mit Kasseler	207		
Schweinefilet, süßsauer	210		
Seelachs auf Zitronenspinat mit Möhrenreis	212		
Seelachsfilet mit Ofentomaten	213		
		Süßes	
		Apfelmusgrüeß mit Mandelsplittern	8
		Apfelpfannkuchen	9
		Apfelreis (Frühstücksreis mit Apfelstücken)	10
		Croissants mit Nuss-Nougat-Füllung	51
		Eierpfannkuchen	55
		French Toast	74
		Frühstücksreis mit Apfelstücken (Apfelreis)	10
		Heidelbeerpfannkuchen	112
		Kaiserschmarren	116
		Kaiserschmarren mit Apfel und Sauerkirschen	116
		Kaiserschmarren mit Nuss-Nougat	116
		Milchreis	153
		Milchreiswaffeln mit roter Grütze	154
		Obstsalat	51
		Quarkschmarren	180
		Reismehl-Crêpes	186
		Waffeln, einfache	258
		Zimttoasts mit Obstspießen	271
		Saucen, Dips & Beilagen	
		Barbecue-Sauce	280
		Bologneser Sauce	29
		Frankfurter Grüne Sauce	72
		Grüne Sauce, Frankfurter	72
		Petersilien-Joghurt-Dip	36
		Tomaten-Curry-Sauce	53