

**A**

Anchovispaste . . . . .	39
Äpfel und Birnen im Römertopf karamellisiert . . . . .	347
Apfelkuchen . . . . .	340
Apfel-Sellerie-Salat mit karamellisierten Nüssen . . . . .	204
Aprikosentarte . . . . .	325
Artischocken und Fenchel als Barrigoule . .	183
Auberginenauflauf . . . . .	175
Auberginengemüse, provenzalisch . . . . .	190
Auberginenpüree, orientalisch . . . . .	38
Austern, würzig, mit Quinoa . . . . .	110
Avocadocreme . . . . .	28

**B**

Babaganoush . . . . .	38
Backhähnchen mit Kräutern . . . . .	291
Barrigoule mit Artischocken und Fenchel . .	183
Birnen in Rotwein . . . . .	348
Birnen und Äpfel im Römertopf karamellisiert . . . . .	347
Birnen, pochiert, und Birnensorbet mit Schokoladensauce . . . . .	334
Birnensorbet . . . . .	335
Blumenkohl und Brokkoli mit Bulgur . . . .	198
Bohnen, schwarz, mit Speck und Zwiebeln . .	208
Bohnengemüse mit Klippfisch in Mandelkruste . . . . .	250
Bohnengerichte . . . . .	208, 210, 214, 217
Bohnen-Salat, grün, mit Pilzen . . . . .	203
Bonito-Tatar mit Kräuter-Brot-Salat . . . .	258
Bouillon, Grundrezept . . . . .	10
Bourride . . . . .	162
Brokkoli und Blumenkohl mit Bulgur . . . .	198
Brokkolisuppe, geeist . . . . .	133
Brötchen, benetzt, mit pikanter Füllung . .	67
Brote, belegt . . . . .	55-68
Brütsuppe, kalt, mit Tomaten . . . . .	126
Buchweizencrêpes mit Lauch und Kuttelwurst .	76
Bulgur mit Brokkoli und Blumenkohl . . . .	198
Bulgursalat . . . . .	113

**C**

Caponata mit Rosinen und Pinienkernen . . .	163
Corpaccio von der Meeräsche mit Curry-Gemüse-Tatar . . . . .	262

352 ... Rezepte

Casarecce mit Schweinskopfsülze und Essigzwiebeln . . . . .	88
Cassoulet, hausgemacht . . . . .	210
Chermoula zu gegrillten Sardinen . . . . .	254
Chicorée in Schinken . . . . .	192
Chutney aus Trockenfrüchten . . . . .	47
Chutneys . . . . .	47
Coco-Bohnen in Pesto-Sahne mit Seeteufel .	240
Coco-Bohnen-Ragout mit Herzmuscheln . . .	214
Coco-Bohnen-Salat mit Kichererbsen und Kräuterpesto . . . . .	213
Crêpes . . . . .	76, 326
Crespeou aus kalten Omelettes . . . . .	278
Curry-Gemüse-Tatar mit Meeräschen-Carpaccio . . . . .	262

**D**

Desserts, warm . . . . .	329, 330, 347
Dinkel und Paprika aus dem Schmortopf . . .	107
Dinkelsuppe, passiert, mit Schafsmilchquark	136
Dips . . . . .	28, 38, 48, 49, 50

**E**

Ei mit Morcheln im Töpfchen . . . . .	274
Eier auf baskische Art . . . . .	276
Eier, mariniert, zu dampfgegartem Reis . .	95
Eiergerichte . . . . .	95, 274-278
Eis . . . . .	334-336
Ente mit Oliven . . . . .	292
Entenbrust, geräuchert, und Steinpilze mit Hirse . . . . .	116
Entenbrustfilets in einer Pfefferkruste mit Orangensauce . . . . .	299
Entenleber, pochiert, mit weißen Rübchen	280
Erbsen mit Orecchiette . . . . .	92
Erbsensuppe, gekühlt . . . . .	135
Erbsen-Velouté . . . . .	146
Erdbeergranité . . . . .	336
Erdbeersorbet . . . . .	335
Esskastanien-Crêpes mit heißen Himbeeren und Brocciu . . . .	329
Esskastaniensuppe mit Speck und Steinpilzen . . . . .	148

**F**

Feldsalat mit Äpfeln . . . . .	181
Fenchel auf zweierlei Art mit Petersfisch .	251
Fenchel und Artischocken als Barigoule . .	183
Fischgerichte . . . . .	240-270
Fleischbällchen vom Milchlamm mit Kichererbseengemüse . . . . .	314
Fleischgerichte . . . . .	283, 295, 298, 302-318
Foniohirse, gedämpft, mit Spargel und Morscheln . . . . .	111
Frischkäsecreme zu Panisses . . . . .	80
Früchte-Gemüse-Eintopf . . . . .	161
Frühlingsbrote . . . . .	55
Frühlingsgemüse-mit geschmortem Reis . . .	100
Frühlingsgemüse und Kräutersalat auf griechische Art . . . . .	197

**G**

Garnelenbouillon mit Chili, Ingwer und Zitronengras . . . . .	144
Gazpacho mit Joghurt, Gurke, Minze und Apfel . . . . .	120
Gazpacho mit Tomaten und Gemüsepaprika . .	132
Gebäck, pikant, mit Frischkäsecreme . . . .	80
Geflügelbouillon . . . . .	10
Geflügelgerichte . . . . .	280, 284-292, 296, 299
Gemüse aus dem Ofen mit Basilikum . . . . .	164
Gemüse, geschmort, mit Vanillearoma . . . .	195
Gemüse, Mini-, mit Hirsefüllung . . . . .	108
Gemüse-Bourride . . . . .	162
Gemüseeintopf, herbstlich, mit Früchten . .	161
Gemüseeintopf, sommerlich, mit Pfifferlingen . . . . .	158
Gemüsegerichte 161-164, 174-178, 183-184, 190-198	
Gemüsekuchen . . . . .	70
Gemüse-Quinori-Topf mit Kräuterpesto . . .	104
Gemüseragout mit pochiertem Hummer . . . .	238
Getreidegerichte . . . . .	104-116
Gewürzmischungen . . . . .	26
Goldbrasse in Salz-Algen-Kruste mit Dillsauce . . . . .	243
Granité . . . . .	128, 336
Grapefruitsorbet . . . . .	335
Graupeneintopf mit Schwarzwurzeln und Korinthen . . . .	114
Graved Lachs mit Frühkartoffeln und Rucola	257
Gribiche . . . . .	48
Grundrezepte . . . . .	10 ff.
Grüner Salat mit Kräutern . . . . .	153

Grüner-Bohnen-Salat mit Pilzen . . . . .	203
Guacamole . . . . .	28
Gurken-Knoblauch-Dip, griechisch . . . . .	50
Gurkensalat mit Joghurt mit Apfel . . . . .	49

**H**

Hackfleischbällchen im Sesammantel mit würzigem Kokosdipp . . . . .	307
Harissa . . . . .	143
Herzmuschel-Ragout mit Coco-Bohnen . . .	214
Himbeeren, heiß, und Brocciu zu Esskastanien-Crêpes . . . . .	329
Himbeersorbet . . . . .	335
Hirse, gefüllte kleine Gemüse . . . . .	108
Hirse mit Steinpilzen und geräucherter Entenbrust . . . . .	116
Hirse, s. auch Foniohirse	
Hühnerbrust, gegrillt, mit Wok-Gemüse . .	285
Hummer, pochiert, mit Gemüseragout . . . .	238
Hummus . . . . .	35

**J**

Jakobsmuscheln auf rauchigem Wirsinggemüse . . . . .	234
Jakobsmuscheln in Kressevelouté . . . . .	230
Joghurt-Gazpacho mit Gurke, Minze und Apfel . . . . .	120

**K**

Kabeljau mit Chicorée-Orangen-	
Kabeljau, pochiert, mit Piquillos-Coulis .	241
Kaisergranate in Zitrone gebraten . . . . .	232
Kalbfleisch mit Thunfischsauce und Paprikagemüse .	317
Kalbsfrikassee mit Frühlingsgemüse . . . .	313
Kalbsleber in Petersilie mit Topinambur .	306
Kalbsmedaillons mit Spinat und Ofentomaten	316
Kalbspicciata mit Salbei und Schmorlöhren	318
Kalte Suppen . . . . .	120-135, 339, 341
Kaninchenbraten mit Äpfeln . . . . .	283
Kaninchen-Rillette . . . . .	298
Kaninchenterrine in Gelee mit Tapenade .	295
Kartoffelgerichte . . . . .	218-225
Kartoffelküchlein (Pommes Darphin) . . . .	224
Kartoffelküchlein, weich . . . . .	218
Kartoffeln aus dem Backofen . . . . .	222

Kartoffeln mit Muscheln nach Seemannsart . . . . .	229
Kartoffeln und Tomaten aus dem Backofen . . . . .	225
Kartoffeln, zerdrückt . . . . .	220
Kartoffelpäckchen . . . . .	221
Ketchup . . . . .	22
Kichererbsen-Gebäck (Panisses) mit Frischkäsecreme . . . . .	80
Kichererbsenpaste . . . . .	35
Kichererbsen-Salat mit Coco-Bohnen und Kräuterpesto . . . . .	213
Kichererbsen-Salat mit Linsen und Hummussauce . . . . .	211
Kirschen, geschnitten, im eigenen Saft . . . . .	326
Klippfisch in Mandelkruste mit Bohnengemüse . . . . .	250
Knoblauch, eingelegt . . . . .	12
Knoblauchpaste, cremig . . . . .	34
Kompott . . . . .	244, 326
Krabbensalat mit Gurke, Mango und Papaya . . . . .	231
Kräuterbrote . . . . .	56
Kräutercreme . . . . .	266
Kräuterdip mit Eiern . . . . .	48
Kräutersalat und Frühlingsgemüse auf griechische Art . . . . .	197
Kressesuppe, geeist, mit knackigem Gemüse . . . . .	122
Kressesuppe, kalt, mit Sauerampfer und Ricottaklößchen . . . . .	123
Kressevelouté mit Jakobsmuscheln . . . . .	230
Krustentiergerichte . . . . .	231-232, 238
Kuchen . . . . .	325, 340, 343
Kuchen, pikant . . . . .	70
Kürbisgratin . . . . .	176
Kürbispüree . . . . .	44
Kürbisreis, gebacken . . . . .	96
Kuttelwurstcrêpes mit Lauch . . . . .	76

## L

Lachs, gebeizt, mit Frühkartoffeln und Rucola . . . . .	257
Lachs, gegrillt, mit Sesampolenta . . . . .	268
Lachsforellen-Tatar mit würziger Beilage . . . . .	270
Lammfleischbällchen mit Kichererbsengemüse . . . . .	314
Lamm in Salbei mit Perlgraupen . . . . .	305
Lauchcrêpes mit Kuttelwurst . . . . .	76
Lauch, pochiert, mit Gribiche . . . . .	184
Linsen-Salat mit Enoki-Pilzen in Essig . . . . .	215
Linsen-Salat mit Kichererbsen und Hummussauce . . . . .	211

## M

Maisgrieß mit Zwiebelgemüse und Rosinen . . . . .	178
Maispoularde mit Zitrusaroma und Weizengrieß . . . . .	296
Maisschaumsuppe mit Mörcheln und Popcorn . . . . .	143
Makrelen in Orangensaft mariniert . . . . .	265
Maroni, s. Esskastanien	
Meeräischen-Carpaccio mit Curry-Gemüse-Tatar . . . . .	262
Melonensuppe mit Minze-Eiswürfeln . . . . .	341
Melonensuppe, kalt . . . . .	130
Merlon, im Algendampf gegart, auf grünem Gemüsebett . . . . .	248
Mohn-Knäcke mit Tomaten und Thunfisch . . . . .	68
Mörcheln mit Ei im Töpfchen . . . . .	274
Mörcheln mit Maisschaumsuppe und Popcorn . . . . .	143
Mörcheln und Spargel mit gedämpfter Foniöhirse . . . . .	111
Mürbeteig . . . . .	11
Muschelgerichte . . . . .	87, 138, 229-230, 234
Muschel-Kräuter-Sauce mit Vollkornspaghetti . . . . .	87
Muscheln mit Kartoffeln nach Seemannsart . . . . .	229
Muschelsuppe mit Safran . . . . .	138

## N

Nudelgerichte . . . . .	84, 85, 87, 88, 90, 92
Nudel-Töpfchen mit Rinderschmorbraten und Brokkoli . . . . .	84
Nüsslisalat mit Äpfeln . . . . .	181

## O

Obst aus der Pfanne . . . . .	330
Œufs au lait . . . . .	344
Ofengemüse, sommerlich, mit Basilikum . . . . .	164
Oliveneinte . . . . .	292
Olivensuppe . . . . .	40
Omelette-Kuchen, kalt . . . . .	278
Orangen Sorbet . . . . .	335
Orecchiette mit Erbsen . . . . .	92

## P

Pampelmusen aus dem Ofen mit Minze . . . . .	30
Pappardelle mit Pesto . . . . .	85
Paprika und Dinkel aus dem Schmortopf . . . . .	107
Paprika-Tomaten-Gemüse mit Rosinen und Pinienkernen . . . . .	163

Pasten . . . . .	29, 34-40
Pastinakensuppe mit Specksahne . . . . .	147
Perlgrauen mit Salbei-Lamm . . . . .	305
Perlhuhn im Wirsingbett . . . . .	284
Pesto, leicht . . . . .	36
Pestosuppe . . . . .	140
Petersfisch mit Fenchel auf zweierlei Art .	251
Pfannkuchen . . . . .	79
Pfifferlinge mit Spinat, Mandeln und Zitrone . . . . .	172
Pfifferling-Gemüse-Eintopf . . . . .	158
Pfirsichsorbet . . . . .	335
Pfirsichsuppe, geeist, mit Eisenkrautgelee . . . . .	339
Pflaumensorbet . . . . .	335
Pilzgerichte . . . . .	158, 172, 274
Pissaladières (Pizza auf Nizza-Art) . . . . .	71
Pizzas . . . . .	71, 72, 75
Pollack mit Chinakohl und Radicchio „en papillote“ . . . . .	247
Pommes Daphin . . . . .	224
Pot-au-Feu . . . . .	303
Pürees . . . . .	44

## Q

Quinoa mit würzigen Austern . . . . .	110
Quinori-Gemüse-Topf mit Kräuterpesto . . . .	104

## R

Radicchio, gegrillt, mit Tapenade und Anchovis . . . . .	191
Ratatouille, fein, mit Basilikum . . . . .	154
Rehmedaillons mit gebratenen Waldpilzen .	321
Reis, dampfgegart, mit marinierten, wachsweichen Eiern . . . . .	95
Reis, gebacken, mit Tintenfisch und Zitrone .	99
Reisgerichte . . . . .	95-100
Reis, geschmort, mit Frühlingsgemüse . . .	100
Reis mit Kürbis . . . . .	96
Rhabarbertarte . . . . .	343
Rillette vom Kaninchen . . . . .	298
Rindfleisch, geschmort . . . . .	310
Risotto . . . . .	97
Rösti . . . . .	224
Rotbarbe mit Zucchinistreifen à la Tapenade . . . . .	253
Rotwein-Birnen . . . . .	348
Rübchen, weiß, mit pochierter Entenleber .	280

## S

Salat, grün, mit Kräutern . . . . .	153
Salate . . . . .	113, 153, 167, 181, 186, 189, 201-204, 211-215, 231
Salbei-Lamm mit Perlgrauen . . . . .	305
Salz-Algen-Kruste für Fisch . . . . .	243
Salz-Zitronen, eingelegt . . . . .	15
Sandwiches, vegetarisch . . . . .	64
Sardinen, gegrillt, mit Chermoula . . . . .	254
Saubohnen, frisch, auf Brot . . . . .	83
Saubohnensuppe, gekühlt . . . . .	127
Sauerampfersuppe, kalt, mit Kresse und Ricottaklößchen . . . . .	123
Schafskäse-Brote mit Quark, Feigen und Honig . . . . .	60
Schinkenbrote mit Ricotta . . . . .	62
Schinkenbrote, Jabugo, mit Tomaten, Kapern und Oliven . . . . .	59
Schinken-Käse-Nudeln mit schwarzem Trüffel .	90
Schwarzwurzel-Graupen-Eintopf mit Korinthen . . . . .	114
Schweinekeule mit Röstgemüse aus dem Ofen .	302
Schweinshaxe auf roten Linsen . . . . .	308
Schweinskopfsülze und Essigzwiebeln mit Nudeln . . . . .	88
Seeteufel mit Coco-Bohnen in Pestosahne .	240
Seezunge mit Tomaten und Champignons . . .	260
Sellerie-Apfel-Salat mit karamellisierten Nüssen . . . . .	204
Sesampolenta mit gegrilltem Lachs . . . . .	268
Snacks . . . . .	30, 68, 80
Soccas mit Gemüse à la Niçoise . . . . .	79
Sojabohnen, gelb und gedämpft, mit Champignons . . . . .	217
Sommer- und Winterobst aus der Pfanne . . .	330
Sommergemüse, würzig gegart und roh . . .	174
Sorbet mit frischen Früchten . . . . .	335
Spargelgerichte . . . . .	111, 141, 167-168, 182
Spargelgratin . . . . .	182
Spargel, grün und gebraten, mit schwarzen Oliven . . . . .	168
Spargel-Paste, grün, mit Tabasco . . . . .	29
Spargelsalat, grün, Mimoso . . . . .	167
Spargelsuppe mit Mozzarella und Schinken .	141
Spargel und Morcheln mit gedämpfter Fonichirse . . . . .	111
Spinat mit weich gekochten Eiern . . . . .	196
Steinpilze und geräucherte Entenbrust mit Hirse . . . . .	116
Steinpilz-Pizza . . . . .	75
Suppen . . . . .	136-148

**T**

Tapenade . . . . .	40
Tapenadebrote mit violetten Artischocken und grünem Spargel . . . . .	58
Tatar vom Bonito mit Kräuter-Brot-Salat .	258
Tatar von der Lachsforelle mit würziger Beilage . . . . .	270
Täubchen mit Wintergemüse in Bouillon . .	288
Thunfisch im Pfeffermantel mit süß-saurer Tomatensauce . . . . .	259
Thunfisch und Tomaten auf Mohn-Knäcke . .	68
Tintenfisch mit Zitrone zu gebackenem Reis .	99
Tomaten, eingemacht . . . . .	16
Tomaten, geschmort . . . . .	156
Tomaten in Brotsuppe . . . . .	126
Tomaten, karamellisiert . . . . .	21
Tomaten-Kartoffeln aus dem Backofen . . .	225
Tomaten-Paprika-Gemüse mit Rosinen und Pinienkernen . . . . .	163
Tomatensalat mit Romesco-Sauce . . . . .	189
Tomatensuppe, eisgekühlt, mit Krebsfleisch und Basilikumgranité . .	128
Tomatensuppe, kalt, mit Gemüsepaprika . .	132
Tomaten und Thunfisch auf Mohn-Knäcke . .	68
Topinambur mit Kalbsleber in Petersilie .	306
Trockenfrüchte-Chutney . . . . .	47
Tzatziki . . . . .	50

Vitello Tonnato mit Paprikagemüse . . . . .	317
Vollkornnudeln mit Rinderschmorbraten und Brokkoli	
im Töpfchen . . . . .	84
Vollkornspaghetti mit Venusmuscheln und frischen Kräutern .	87
Weißkohlsalat mit cremigen Eiern . . . . .	186
Weizengrieß mit Zitrus-Maispoularde . . .	296
Wildgerichte . . . . .	320-321
Wildschweinschulter, eingelegt, mit Esskastanien . . . . .	320
Winter- und Sommerobst aus der Pfanne . .	330
Wirsinggemüse, rauchig, mit Jakobsmuscheln . . . . .	234
Wokgemüse, knackig, mit Salat . . . . .	201
Wolfsbarsch, pochiert; mit feiner Wraps mit Gemüse à la Niçoise . . . . .	79
Würzpaste mit Schaltieren und Algen . . .	26
Z	
Zitronen, salzig eingelegt . . . . .	15
Zucchini-Pizza mit Sainte-Maure-Käse . . .	72
Zucchinistreifen à la Tapenade mit Rotbarbe	253
Zwiebelgemüse mit Rosinen und Maisgrieß .	178