

Inhalt

- 6 Liebe Leserinnen und Leser
- 7 Ernährungsbesonderheiten
- 7 Zu den Rezepten

Ratgeber

- 8 Warenkunde
- 8 Speisfette
- 9 Milch und Milchprodukte
- 11 Getreideprodukte
- 14 Kräuter und Gewürze
- 19 Küchenpraxis
- 19 Garmethoden
- 22 Geräte und Hilfsmittel
- 25 Menüplanung

Kochen

- 28 Suppen
- 55 Vorspeisen
- 74 Fleisch
- 77 Rindfleisch
- 94 Kalbfleisch
- 111 Schweinefleisch
- 130 Lammfleisch, Kaninchenfleisch
- 140 Innereien
- 147 Hackfleisch
- 152 Geflügel
- 167 Wild und Wildgeflügel
- 181 Fisch
- 224 Meeresfrüchte
- 234 Saucen

- 249 Gemüse und Pilze
- 288 Salate
- 308 Kartoffeln
- 318 Teigwaren
- 333 Reis
- 338 Eier
- 344 Warme Süßspeisen, Mehlspeisen
- 365 Kalte Süßspeisen, Desserts

Backen

- 396 Backpraxis
- 397 Backzutaten
- 398 Geräte und Hilfsmittel
- 400 Hefeteig
- 412 Schmalzgebäck
- 416 Brandteig
- 419 Blätterteig
- 423 Rührteig
- 434 Mürbeteig und Obstkuchen
- 450 Biskuitmasse und Torten
- 471 Füllcremes und Glasuren
- 476 Kekse, Plätzchen, Weihnachtsgebäck
- 498 Pikante Bäckerei

Anhang

- 510 Getränke
- 514 Kleine Nährwerttabelle
- 518 Glossar
- 520 Register
- 539