

**8**

Vorwort von Freddy Christandl

**10**

Einleitung von Barbara Halter

# AARAU

**12**

Christa und Michel Strub

# BERN

**38**

Le Sirupier de Berne

Mathias Wirth

# BIEL

**60**

Biometzgerei Bärtschi

Res Bärtschi und Manuel Bärtschi

# CHUR

**82**

Lumare

Sarah und Curdin Capeder

# LUZERN

**108**

Eigenbrötler

Daniel Amrein

# SCHAFFHAUSEN

**134**

Ergoltingerhof

Familie Weber

# SOLOTHURN

**156**

Lichtsegel

Familie Andrea und Philipp

Elsener Rieder

# ST. GALLEN

**178**  
Troxler Schlossguet  
Anita und Sarah Troxler

# WINTERTHUR

**202**  
Leutenegger Schafskäse  
Hansjörg Ziegler

# ZÜRICH

**228**  
Hans Peter Giess, Beat Schwarb,  
Christoph Müller

<b>REZEPTE</b>	<b>37</b>
Siedfleisch-Carpaccio	
<b>59</b>	
Bowle	
<b>81</b>	
Tapenade aus schwarzen Oliven	
<b>107</b>	
Fischmousse aus Seesaibling	
<b>133</b>	
Käse-Sablés	
<b>155</b>	
Ofenkartoffeln mit	
Sommergemüse	
<b>177</b>	
Teemischung »Kreativ«	
<b>201</b>	
Dekorierter Kürbis	
<b>227</b>	
Gschwellti auf Kräuterquark	
<b>253</b>	
Clafoutis	