

# Inhalt

Einleitung	6	
<b>Fleisch</b>		
Filetspieße mit grüner Mojo	10	Dorade rosé mit Avocadosalat
Porterhouse-Steak mit Kichererbsensalat	14	Garnelenspieße mit Aioli
Glasierte Spareribs mit Apfel-Tomaten-Ketchup	18	Jakobsmuschelspieße mit Linsen
Lammkarree mit grünen Bohnen	22	Lachssteaks mit Joghurt-Dill-Sauce
Schweinelende mit Schalottenconfit	26	Fischpäckchen im Kohlblatt
Kalbskotelettsbraten mit Kartoffelgratin	30	Marinierte Tintenfische
Marinierte Kaninchenkeulen	34	Seeteufelfilets im Speckmantel
Schweinenackensteaks mit Pilzfüllung	38	Miesmuscheln im Sud
Lamm-Kebab mit Tsatsiki	42	Thunfischspieße mit Nizzasalat
<b>Geflügel</b>		
Tandoori-Hähnchenspieße	46	<b>Gemüse und Käse</b>
Involtini vom Huhn mit Schinken und Salbei	48	Ziegenkäsetaler mit Speckmantel
Putenschaschlik	52	Gefüllte Champignons
Ganze Pouarde mit Sardellen-Basilikumsauce	56	Wirsingpäckchen mit Linsen
Chicken Wings	60	Grüner Spargel mit Parmesan
Teriyaki-Hähnchen	64	Geräucherter Tofu mit Karottensalat
Entenkeulen mit Honig-Glasur mit Garam Masala	68	Gazpacho mit gegrilltem Gemüse
Putenfilet-Speckdatteln	72	Mediterrane Gemüsespieße mit Knoblauchbrot
Hähnchenkeulen mit Bohnenpüree	76	Brotfladen mit Kräuterbutter
	80	Mit Schafskäse gefüllte Zucchini
		Rezeptregister, Impressum, Hinweise für den Leser
		160