

Inhalt

Vorwort

Vegetarische Bodenseeküche – Gemüse von Höri und Reichenau 7

Vorspeisen & Kleine Gerichte

Gebackener Ziegenkäse an Wildkräuterspinat und Höribülle-Konfitüre	9
Rahmsuppe von Spinat und Wildkräutern	10
Höri-Artischocke mit Bülle-Vinaigrette	13
Gazpacho von Höri-Gemüse mit Garnitur	16
Perlgraupen-Risotto mit grünem Spargel und Kirschtomaten	19
Panini mit Birnen und Tettnanger Brie, dazu Höribülle-Chutney	20

Hauptspeisen

Reichenauer Gemüsegulasch mit Rosmarinspitzle	22
Eierschwämmli-Ravioli mit Zitronenbasilikum und Sbrinz	24
Grünkern-Quark-Küchle auf Tomaten-Lauch-Ragout	26
Kartoffel-Gemüse-Rösti mit Bergkäse überbacken	29
Mangold-Ravioli mit Bergkäse und Salbeibutter	31
Strudel von Wurzel- und Blattgemüse mit Tomatensauce und Quarkschaum	33
Gebratener Serviettenknödel auf Rahm-Kräuterseitlingen	34
Kräuter-Pfannkuchen mit buntem Gemüse und Kürbisschaum	39
Graupen-Riesling-Risotto mit geschmortem Würzkürbis	40
Kräuter-Crêpes mit Inselgemüse	42
Spinatknödel mit Bergkäse überbacken	44
Gegrillte Höri-Aubergine mit Basilikum-Pesto	46
Kässpätzle mit Bergkäse und Röstzwiebeln	48
Blaukrautstrudel auf Lauchgemüse	50
Bayrisches Urkorn mit Roter Bete und Kräutersalaten	52
Überbackenes Kräuterflädle mit Rahmspinat	57
Reichenauer Gemüse-Lasagne mit Auberginen	58
Hausgemachte Nüdele mit Kirschtomaten und Ziegenfrischkäse	61

Anhang

Dank und Adressen 62